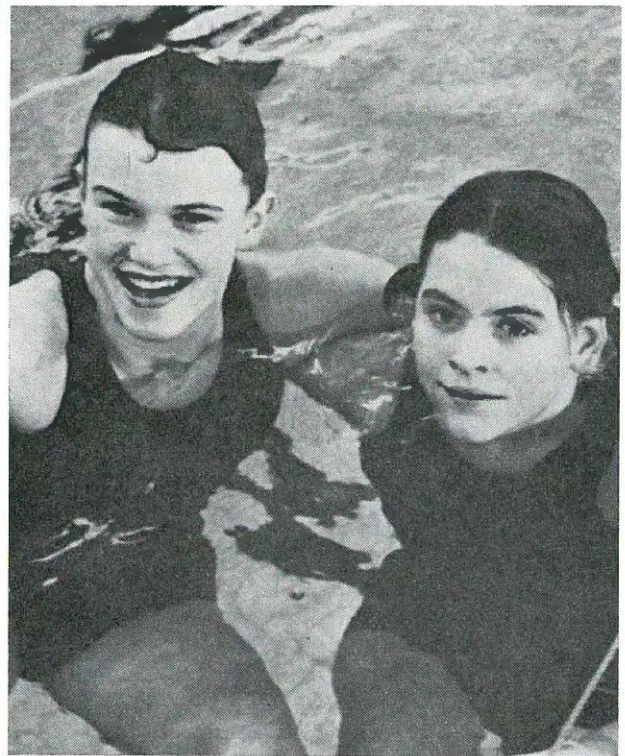


SIMFÖRBUNDET

SimSport

MEDDELANDEN FRÅN SVENSKA



5

MAJ 1963 - ÅRGÅNG 18

LEDAMOT AV
SKIF SVENSKA KONSULTERANDE
INGENJÖREBS FÖRENING

INGENIÖRSBYRÅN VIAK AB

KONSULTERANDE INGENJÖRER

V. Storgatan 7 JÖNKÖPING Tel: 036-191 95 växel

Huvudkontor: Vällingbygången 2 Vällingby Tel: 08-87 02 00 växel

Vatten och Avloppsanläggningar - Reningsanläggningar

Grundvattenundersökningar - Grundkartor - Fotogrammetri

Samhällsplanering - Fabriksbyggnader och Kraftverk.

Projekterar SIM- & BADANLÄGGNINGAR

Kontroll och Arbetsledning

KONTOR ÄVEN I:

BODEN, FALUN, GÖTEBORG, KARLSTAD, LINKÖPING,

VISBY, VÄNERSBORG, VÄSTERÅS och ÖREBRO.

TROJAN HOPPSVIKT AV GLASFIBER

ERKÄND OCH LOVORDAD AV VÅRA SIMHOPPARE

För alla simonläggningar och badhus den
i längden billigaste svikten

Svikten användes för närvarande hos följande:

Åkershovsbadet, Stockholm
Simhallsbadet, Malmö
Luleå Stads Varmbadhus, Luleå
Värnamo Simhall, Värnamo
Varmbadhuset, Lilla Edet
Karlstads Varmbadhus, Karlstad
Jönköpings Varmbadhus, Jönköping
Centralbadet, Uppsala
Kristiansbergsbadet, Västerås

Lunds Simhall, Lund
Badhusplanen, Solna
Brunnsbadet, Ronneby
Simhallen, Gällivare
Luleå Badhus, Luleå
Boråsbadet, Borås
Idrottshallen, Olofström
Simhallsbadet, Kristianstad
Kiruna Stads Varmbadhus, Kiruna

med flera.

Tillverkare: RYDS INDUSTRI AKTIEBOLAG - RYD Tel. 260, 261

Försäljare: Svenska Simförbundet, Sveavägen 29, Stockholm.

SIMSPORT

MEDDELANDE FRÅN
SVENSKA SIMFÖRBUNDET
SVEAVAGEN 29 - STOCKHOLM
POSTGIRO: 55 37 02

Nr 5 - 1963 - Årgång 18

Redaktör och
ansvarig utgivare:
HENRY RUNSTRÖMER

Telefon:
REDAKTÖREN 10 61 92
KUNGÖRELSE 10 63 92

Prenumerationspris: kr. 10:—
I utlandet kr. 15:— för belår

Leende beslutsamhet

Skiftande uppgifter föreligger beträffande "äganderätten" till det svenska ungdomslag i simning, som krossat Östtyskland, dvs en opponent som i förväg räknades till ett av Europas två bästa lag i de aktuella årsklasserna (16 år övre gräns), med 103—71:

1. Aftonbladet anser att det var "Välfärdslandets" landslag som triumferade, hänvisar till att den svenska simledning- en kunnat vaska fram sina guldfynd ur Europas bäst hälso- kontrollerade och "välfödda" ungdom.

2. Den ännu större kvällstidningskollegan i Klarakvar- teren talade efter lördagsuccén (sju grensegrar av lika många möjliga) om "Expressens landslag", återopande att tidningen i fråga finansierar svensk simnings årliga massmönstring i de lägsta åldersklasserna (SUM-sim, en från Amerika knyckt idé utan europeiskt motstycke och framför allt en överlägsen möjlighet att inventera "morgondagens material").

Vare det mig fjärran att polemisera med någon av de ära- de kollegerna, allra helst som båda för sina rubriker kan återopa alldeles korrekt återgivna reflexioner av "UK-che- fen Birger Buhre". Båda dessa faktorer (vår höga standard och SUM-sim) har onekligen påtagligt "hjälpt fram" det som något överdrivet kallas "lavinens svensk simning". Men mest korrekt är väl att beteckna dessa båda storheter som "faddrar".

Den riktiga "gudmodern" heter någonting helt annat: ett drygt hundratal idealister från norr till söder, dagligen verk- samma i våra simhallar, de flesta oavlönade, alla brinnande i anden och alltmera fascinerade av sin uppgift att utveckla moderna träningsystem. Svensk simning har förmånen av att stötts av en "träningsorganisation", som kostar fabulöst lite i kronor räknat och som för närvarande ompänner hela landet. En liten mycket typisk poäng för dessa gävledagar var denna:

Officiellt hade Svenska simförbundet kallat icke mindre än tre tränare att ingå i lagledningen. I Gävle fanns sam- manlagt tio på plats för att matcha sina adepter. Sex hade

OMSLAGSBILDEN

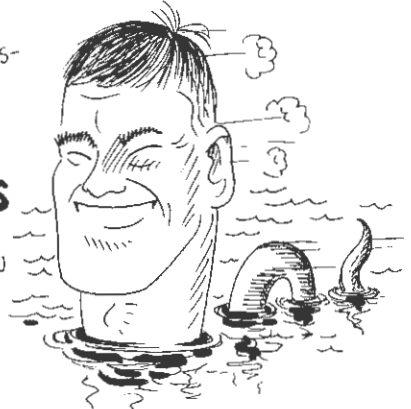
Nya stjärnskottet på långdistans Majvor Velan- der tillsammans med Elisabeth Ljunggren efter dub- belsegern på 400 meter fritt i landskampen mot Östtyskland.

KORS I TAKET!

NU BÖRJAR DE
SIMMAS I VÄRDS-
REKORDTAKT
AV SVENSKAR
IGEN...

PER-OLAS

PRESTATION
PÅ ANDRA SIDAN
"POLEN"
BÖRJAR DOFTA
"DAGBLADSGULD"
TROTS JOHANNY
NILSSON.....

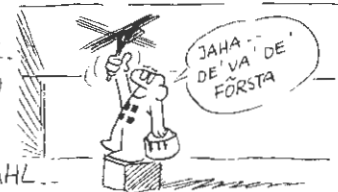


FAKTUM ÄR ATT "OLAS"
AVBASNING AV JÄNKARNAS
ÄSS E' EN VERKLIG
SENSATION...

DE' E' MINST LIKA
MÄRKLIGT SOM ATT
EN SVENSK SPRINT-
LÖPARE SKULLE
SÄTTA EN
AMERIKANSK KOLSTYBBS-
FANTOM PÅ PLATS...

FÖ. E' DE' SÄKRAST
ATT ORDNA PLATS FÖR
FLERA KORS I TAKET..
VI HAR JU EN ANNAN
GUBBE "OVER THERE"
OCKSÅ..

HASSE ROSENDAHL..



kommit dit på egen bekostnad från Karlskrona i söder till Avesta i nordväst.

Man kan väl säga att dessa båda gävledagar varit en efter- trycklig viktoria för "Privatinitiativers landslag". Våra stat- ligt protegerade motståndare kom ingalunda dåligt förbe- redda hit. Under de senaste tre veckorna har de unga öst- tyska simmerskorna och simmarna hämtats från sina hem- orter till ett speciellt träningsläger i Leipzig.

De anlände till tävlingsplatsen Gävle ett drygt dygn före det svenska hemmalaget, som ispridd ordning strömmade in på lördagsförmiddagen, efter att in i det sista skött förbe- redelserna (och skolarbetet) på hemmaplan. Men teoretiskt sett överlägsna "villkor" är nu en gång dess bättre ingen garanti för succé. I det unga svenska landslaget fanns någon- ting som saknades hos östtyskarna, låt oss med en kanske väl rundhänt term kalla det för "Leende Beslutsamhet".

"Som de gamla sjunga, så kvittra de unga". Det har blivit allt ovanligare under senare år att någon i ett svenskt sim- landslag "spricker", dvs simmar under förväntningarna. Detta ungdomslandslag tangerade det rekord, som "stora landsla- get" satte vid Sexnationers i Malmö hösten 1961. Inte en enda sviktade. Mönstret tycks nu vara helt inarbetat. Mycket typiskt är att i de enda två individuella grenar, där öst- tyskarna triumferade, presterade de besegrade Sverige-ettorna personliga rekord!

Birger Buhre



Juni

- 1—2 Stockholm: Pololandskamp Sverige—Frankrike
- 5 Fyrisbadet: Fyrstadssimning
- 8—9 Hamburg: Int. simtävlingar (Sv. delt.)
- 10—12 Medelpad: DM-tävlingar
 - 11 Stockholm: Int. tävlingar
 - 12 Örebro: Int. tävlingar
- 15—16 Ronneby: Int. tävlingar "Brunns-spelen"
- 23 Paris: Int. tävlingar

Juli

- 6 Örebro: Ungdomsspelen
 - 7 Södermanland: Lilla DM
 - 7 el. 14 SM i komb. höga hopp
 - 10 Östergötlands DM på 1500 m.
 - 12—13 Blackpool: Simlandskamp Storbritannien—Sverige
 - 13—14 Paris: Int. tävlingar "Grand Prix"
 - 17—18 Båstad: SM 1 500 meter, livräddning, RM 400 m bröstsim
 - 19—20 Västergötland: DM svikt
 - 14 Örebro: Närkes inomhus-DM
 - 19—21 Västmanland: DM
 - 17—31 Gotland: DM
 - 19—21 Småland: DM
 - 19—21 Skåne: DM
 - 19 Halmstad: Hallands JDM
 - 20—21 Köpenhamn: NM i vattenpolo
 - 20—21 Bohuslän-Dal: JDM
 - 20—21 Iggesund: Hälsinglands DM
 - 21 Vansbro: Älvsimningen "Vasaloppet" 3 000 m
 - 20—21 Stockholm: DM
 - 21 Södermanland: JDM
 - 23 Varberg: Hallands DM
 - 25 Uppsala: DM
 - 25—28 Södermanland: DM
 - 26 Halmstad: Hallands DM
 - 26—28 Värmlands: DM
 - 26—28 Närke: DM
 - 27 Stockholm: DM 1 500 m
 - 27—28 Leipzig: Europapokalen i hopp
 - 27—28 Bohuslän-Dal: DM
 - 27—28 Dalarna: DM
 - 27—28 Östergötlands DM
 - 30 Varberg: DM
 - 30 Uppsala: DM
- Augusti
- 1—20 Uppland: DM och JDM i polo
 - 5—8 Stockholm: SM i simning och hopp (TV)
 - 11 Östergötlands JDM
 - 9—11 Gästrikland: Utomhus-DM
 - 13 Uppsala: DM
 - 13—14 Oslo: NM i simning och hopp (TV)
 - 17 Lidköping: Landskapsmatch

Ein intensives Training macht die Mädchen nicht mollig

Schwedinnen wollen den Meisjes Vorrangstellung im europäischen Schwimmsport streiftig machen

Eigener Bericht der Frankfurter Allgemeinen Zeitung

K. Mo. STOCKHOLM. Henning, Malmroth, Arne und Björn Borg sind schwedische Namen, die im europäischen Schwimmsport einmal einen guten Klang hatten. Der heutigen Generation genügt nichts mehr. Höchstens an Arne Borg hat man sich noch erinnert. Vor 15 Jahren war er ein "Wimmwunder" der zwanziger Jahre.

aus den Niederlanden haben inzwischen Verblüffung erkennen müssen, daß ihr zehntelange Vorherrschaft bei den F Europas ernsthaft gefährdet ist. In Naarden, Amsterdam und Den Haag trainieren die Meisjes hart.

Tysk komplimang: "Mannekängskola"

SVENSK SIMNING uppmärksammas allt mer i utlandet. Den ansedda tyska tidningen Frankfurter Allgemeine Zeitung — kontinentens Times — har i sitt nummer för den 17 mars en stor artikel av en egen medarbetare, som går grundligt till verket och summerar hela simhistorien från Henning, Malmroth, över Arne och Björn Borg fram till Göran Larsson, Per-Ola Lindberg, Karin Stenbäck och Ann-Christine Hagberg.

Men skribenten i Frankfurter Allgemeine har inte bara sinne för siffror. Han ser på figurer också, och konstaterar lika glatt som förväntat att svenska dameliten med Hagberg och Stenbäck i spetsen är "hübsche och attraktive Mädchen", d.v.s. vackra och attraktiva, inte alls så kraftiga och mulliga som holländska damstjärnor brukar vara.

— Hård simträning behöver inte alls skada figuren, det har Sverige visat, säger skribenten och kallar vår nuvarande damelit för en "mannekängskola". Han kommer också med en fråga:

— Hur kan Sten Hellqvist i Neptun få så vackra flickor att träna så hårt ...

Lindberg Sparks USC De to NCAA Swim Crown Anvitt

RALEIGH, N.C. (UPI) — freestyle with a record time of 47.1 seconds, bettering the old record of Yale's Steve Clay who swam the event Saturday night. Clay was edged ahead of ...

USA HAR OCKSÅ fått bereda plats för svensk simning. Per-Ola Lindberg har tagit stora rubriker efter sin seger i collegemästerskapen. Härovan ser vi en från Los Angeles Times, där Per-Ola av United Press International sägs "ha lett University of Southern California" till lagsegern i detta mästerskap.

- Västergötland—Jylland
- 17—18 Örebro: Simlandskamp Sverige—Frankrike, berrar (TV)
- Simlandskamp Sverige—Västtyskland, damer (Prel.)
- 17—18 Wien: Int. hopp-tävlingar
- 19 Östergötlands DM — final i polo
- 21 Östergötlands JDM — final i polo
- 23—25 Warszawa: Int. simtävlingar (Sv. delt.)
- 25 Värmland: JDM
- 31 Göteborg: JDM
- 31 Rotterdam: Int. simtävlingar (Sv. delt.)
- 31 Porte Aliagre: Universaden i Brasilien
- 31 Västtyskland: Int. ungdomstävlingar (1948, o.y.)
- 31—1 sept. Gästrikland: Junior-DM

September

- 1 Hela Sverige: Sum-Sim: Massmönstringen startar officiellt
- 1 Göteborg: JDM
- 1—8 Porte Aliagre: Universaden
- 1 Rotterdam: Int. simtävlingar
- 1 Värmland: JDM
- 7—8 Göteborg: JSM i simning och hopp
- 8 Södermanland: DM i livräddning
- 13—14 Blackpool: Sexnationerstävlingen (Eurovision)
- 15 Uppland: JDM i Norrtälje eller Uppsala
- 21 Västerås: Sjulandskapsmatchen
- 23—24 Stockholm: JDM
- 27—28 Stockholm: Skolungdomens höst-tävlingar
- 30—6/10 Hela landet: Inomhuspolo

Forts. å sid. 17

HÄR KOMMER AUSTRALIEN MED REKORDMÄN

Det finaste främmande vi har haft . . .

Australisk världselit finns här i maj, toppad av världens nye sprinterkung, världsrekordhållaren på 200 m och 220 yards fritt Bob Windle och av suveränen på 200 fjärilsim, Kevin Berry. 11 man stark är truppen — ni ser den härintill. Tävlingar i Sverige: i Örebro den 19 maj och i Uppsala den 23 maj.

Moskva blev inget — ryssarna stoppade både australier och svenskar p.g.a. "mellankommande omständigheter", men vände senare beslutet i en match Australien—Sovjet. Alla våra reslystna fick packa upp väskorna. . .

NU ÄR WINDLE NÄRA GRÄNSEN JAPAN I TOPP

Bob Windle gjorde bästa tänkbara reklam för sin svenska turné med världsrekordet på 200 fritt i Tokios 50-meters inomhusbassäng den 20/4. Det blev 2.00,3, en tiondel under Yamankas, Roses och Schollanders notering, men Windle var inte nöjd:

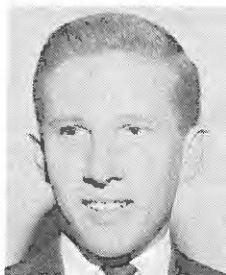
— Jag hade trott på 1.59,0, så bra är jag. Men starten gick inte bra. Jag fick bara 57.4 på första 100. Men vänta bara. . . (Kanske här hemma?!)

Japanerna svarade Windle med ett grant rekord på 4x200 fritt, 8.09,8, fyra tiondelar bättre än USA:s gamla.

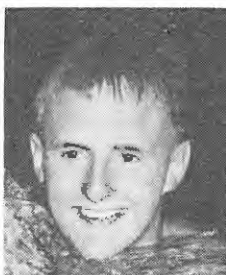
Det ligger nog mycket i vad Per-Ola Lindberg, säger om att svenska laget måste ned mot åtta minuter blankt för att ha medaljchans i "långa" lagkappen i Tokio-OS.



Bill Holland
(ledare)



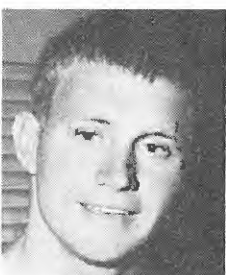
Bill Ebsary



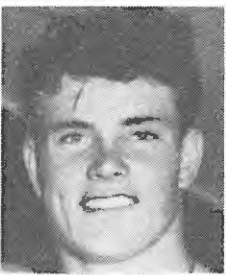
Brett Hill



Anthony
Fingelton



Bill Burton



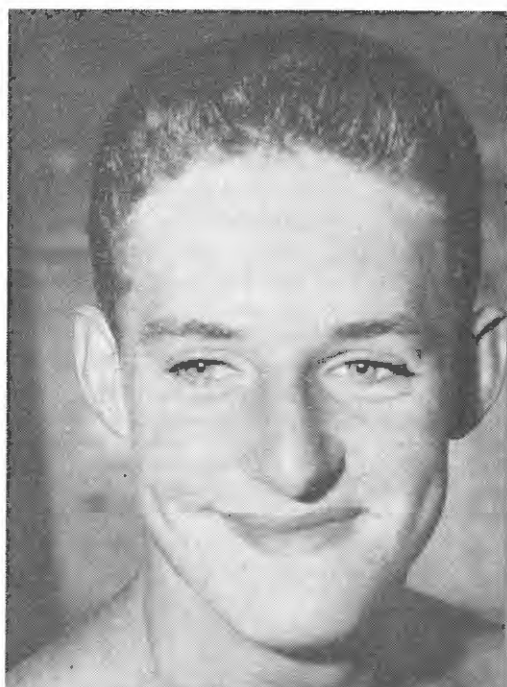
John Pick



BOB WINDLE



DAVID DICKSON



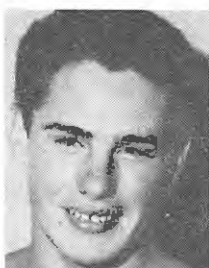
KEVIN BERRY



Manilla Hanson



Anthony Scott



Paul Dill



John Gibby



VATTENHYGIEN OCH HÄLSA

HEJ

gå hand i hand

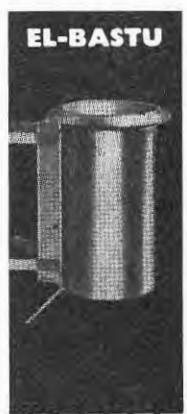
Det är ohygieniskt och kan vara hälsovådligt att använda orent vatten. Det är dessutom onödigt, då vi kan erbjuda effektiv och lättskött utrustning för vattenrening, i de flesta fall till låg kostnad.

INGENJÖRSFIRMAN **Teko** AKTIEBOLAG
 POSTFACK 433 · JOHANNESHÖV 4 · STOCKHOLM
 RUSTHALLAREVÄGEN 153 · TELEFON VXXEL 590145
 GÖTEBORGSKONTOR · STORA NYGATAN 33 · TEL 115802

Vattenrening är en nödvändig hygienisk standardförbättring.

Ny-BASTU-giv!

- ★ Ny el-beredare om 4 kW med överhettningsskydd.
- ★ Helt i rostfritt stål med stenmagasin på toppen.
- ★ S-märkt.
- ★ Idealisk för familjebastu om max. 7,5 m³ rymd.



BRODAHL

Ved-bastu

- ★ Ännu kraftigare fyrplåt – större livslängd på ugnen.
- ★ Dubbelmantlad och med hög effekt – kort uppvärmningstid.
- ★ Tillverkas i flera storlekar, även för eldning från angränsande rum.

Begär prospekt och upplysningar
AB W. SCHMIDT & Co
 Floragatan 5
 STOCKHOLM ☐
 Telefon 108880

HERRARNAS MODEHUS

En modern affär för Er som har höga anspråk på kläder

BYXOR — KOSTYMER — ROCKAR
 EKIPERING — HATTAR — SKOR
 ... och en fullständig junioravdelning

CARL AXEL

Kungsgatan 52 Götgatan 74

Historisk simstatistik: 200 meter frisim

200 meter frisim, damer

(Bana min. 25 meter)

3.04,0	I. Stenmark, Malmö	1934	Stockholm
3.03,4	S. Bauer, Malmö	1934	Stockholm
2.59,5	U. Eriksson, IFK Sthlm	1935	Stockholm
2.53,2	U. Eriksson, IFK Sthlm	1935	Stockholm
2.49,6	U. Eriksson, IFK Sthlm	1935	Stockholm
2.49,1	S. Bauer, SKK	1935	Norrköping
2.44,2	S. Bauer, SKK	1936	Stockholm
2.42,3	G. Söderberg, IFK Sthlm	1940	Stockholm
2.42,0	G. Söderberg, IFK Sthlm	1940	Stockholm
2.41,9	I. Thafvelin, Eskilstuna	1941	Stockholm
2.41,0	G. Nilsson, Helsingborg	1941	Hälsingborg
2.38,8	G. Nilsson, Helsingborg	1942	Hälsingborg
2.37,2	G. Thidholm, Trelleborg	1948	Trelleborg
2.35,5	M. Lundquist, Karlskoga	1951	Uppsala
2.30,9	I. Fredin, Neptun	1952	Stockholm
2.27,7	A. Hellström, Neptun	1956	Stockholm
2.26,9	A. Hellström, Neptun	1957	Göteborg
2.23,8	Karin Larsson, Ran	1958	Malmö
2.23,7	B. Segerström, Neptun	1959	Hälsingborg
2.23,2	B. Segerström, Neptun	1959	Göteborg
2.22,7	Karin Larsson, Ran	1960	Malmö
2.20,8	B. Segerström, Neptun	1960	Stockholm
2.20,6	J. Cederqvist, Neptun	1961	Stockholm
2.20,2	J. Cederqvist, Neptun	1961	Haifa
2.19,7	J. Cederqvist, Neptun	1961	Ronneby
2.18,3	A.-C. Hagberg, Neptun	1963	Malmö

200 meter frisim, herrar

(Bana min. 25 meter)

3.00,4	Harald Julin, SKK	1908	Stockholm
2.49,2	Rob. Andersson, SKK	1909	Stockholm
2.40,0	Rob. Andersson, SKK	1910	Stockholm
2.39,8	Rob. Andersson, SKK	1911	Stockholm
2.39,0	Rob. Andersson, SKK	1912	Stockholm
2.38,7	Rob. Andersson, SKK	1917	Stockholm
2.36,2	T. Henning, Neptun	1919	Stockholm
2.32,9	Arne Borg, SKK	1921	Stockholm
2.32,0	Arne Borg, SKK	1921	Stockholm
2.29,2	Arne Borg, SKK	1921	Weston-super-Mare
2.22,5	Arne Borg, SKK	1922	Stockholm
2.20,4	Arne Borg, SKK	1923	Stockholm
2.16,6	Arne Borg, SKK	1924	Stockholm
2.16,0	W. Grut, Neptun	1932	Stockholm
2.15,6	Björn Borg, NKK	1937	Köpenhamn
2.13,4	Björn Borg, NKK	1937	Norrköping
2.12,4	Björn Borg, NKK	1938	Norrköping
2.11,9	Björn Borg, NKK	1938	Aarhus
2.10,8	Björn Borg, NKK	1942	Berlin
2.09,5	Göran Larsson, SKK	1951	Stockholm
2.08,8	P. O. Östrand, Elfsborg	1957	Borås
2.08,2	P. O. Östrand, Elfsborg	1952	Kalmar
2.07,5	P. O. Östrand Hofors	1956	Köpenhamn
2.06,8	P. O. Lindberg, Neptun	1960	Göteborg
2.06,6	B. Nordvall, Neptun	1960	Uppsala
2.05,9	Jan Lundin, Polisen	1961	Göteborg
2.05,7	P. O. Lindberg, Neptun	1962	Ronneby
2.04,6	Mats Svensson, Elfsborg	1962	Leipzig
2.03,3	L. E. Bengtsson, Neptun	1962	Malmö
2.01,9	Jan Lundin, Polisen	1963	Malmö

De bästa genom tiderna

1.	A.-C. Hagberg, Neptun	2.18,3 (1963)
2.	J. Cederqvist, Neptun	2.19,7 (1961)
3.	K. Stenbäck, Neptun	2.20,4 (1963)
4.	M. Rylander, Neptun	2.20,7 (1961)
5.	B. Segerström, Neptun	2.20,8 (1960)
6.	A.-Ch. Lilja, Najaden	2.21,2 (1963)
7.	I. Thorngren, Uppsala	2.21,5 (1962)
	U. Jacobsson, Neptun	2.21,5 (1963)
9.	Karin Larsson, Ran	2.22,7 (1960)
10.	M. Welander, Neptun	2.22,8 (1963)
11.	E. Ljunggren, Neptun	2.23,2 (1963)
12.	Barbro Andersson, Ran	2.24,0 (1960)
13.	U. Jäfvart, Västerås	2.24,2 (1963)
14.	K. Karlsson, Västerås	2.26,2 (1963)
15.	K. Grubb, Poseidon	2.26,7 (1962)
16.	A. Hellström, Neptun	2.26,9 (1957)
17.	A. Thunell, Neptun	2.27,3 (1963)
	Lena Johansson, Uppsala	2.27,3 (1963)
19.	G. Lundqvist, Norrtälje	2.27,6 (1963)
20.	Y. Lindskog, S.02	2.28,1 (1961)

De bästa genom tiderna

1.	Jan Lundin, Polisen	2.01,9 (1963)
2.	L. E. Bengtsson, Neptun	2.03,3 (1962)
3.	Mats Svensson, Elfsborg	2.03,4 (1962)
4.	H. Rosendahl, Katrineholm	2.05,5 (1962)
5.	P. O. Lindberg, Neptun	2.05,7 (1962)
6.	S. G. Johansson, Västerås	2.06,0 (1961)
7.	B. Nordvall, Neptun	2.06,6 (1960)
8.	J. Lundmark, Kiruna	2.06,8 (1963)
9.	I. Eriksson, Sundsvall	2.07,0 (1963)
10.	P. O. Östrand, Hofors	2.07,5 (1956)
11.	B. O. Almstedt, Örebro	2.07,6 (1962)
12.	S. Ekman, Tunafors	2.07,7 (1962)
13.	Hans Eriksson, SKK	2.08,1 (1963)
14.	Håkan Bengtsson, Polisen	2.08,4 (1963)
15.	P. O. Eriksson, Neptun	2.08,8 (1960)
16.	L. Wolmsten, Neptun	2.09,2 (1960)
17.	Göran Larsson, SKK	2.09,5 (1951)
	P. Bergengren, Skellefteå	2.09,5 (1959)
	G. Magnusson, Elfsborg	2.09,5 (1963)
20.	Jan Andersson, Attack	2.09,6 (1960)
21.	H. Westeson, Poseidon	2.09,8 (1956)

Vi skulle ha slagit både Frankrike och Västtyskland också . . .

Ungdomslandskampen Frankrike-Västtyskland gick med samma åldersgränser som ungdomslandskampen Sverige-Östtyskland i Gävle. Den franska matchen ägde rum under påskhelgen (14-15 april) i det franska sportinstitutets 50-metersbassäng i Paris, varför resultatet inte är fullt jämförbara med de i Gävle. I Paris simmade pojkarna lagkamp 4x200, i Gävle 4x100. I den jämförelse vi gjort har denna lagkamp sålunda poängsatts enligt ur svensk synpunkt pessimistisk beräkning.

Resultatet av poäng efter tidsjämförelser:

Frankrike—Västtyskland	106,5—66,5
Sverige—Östtyskland	103—71
Sverige—Frankrike	97—77
Sverige—Västtyskland	113—61
Östtyskland—Frankrike	90—84
Östtyskland—Västtyskland	109—65

Det svenska ungdomslandslaget står av allt att döma i europeisk toppklass!

Mot Östtyskland förlorade våra pojkarnas ryggsimmet (dubbelt) och lagmedleyn och flickorna fjärlsimmet (dubbelt).

Mot Frankrike skulle pojkarna förlora frisimmet, 100 m (dubbelt), 400 m och 4x200 m samt ryggsimmet, medan flickorna endast skulle tappa poäng i ryggsimmet (dubbelt) mot de fantastiska fransyskorna. Obs! Åter ett nytt fynd Françoise Borie bättre än Caron!!)

Mot Västtyskland, som tycks ha svag återväxt — vilket möjligen förklarar o villigheten acceptera den av oss i juni erbjudna juniormatchen — skulle alla grenar utom flickornas fjärl resultera i svenska segrar.

Restaurant CATTELIN

Storkyrkobrinken 9 - Tel. 08/20 18 18
Stockholm

*

Dit går vi simmare och äter
mycket gott efter tävlingarna



Den nya bollen av zigzagmo-
dell som testats och godkänts
av Svenska Simförbundet

Specialimpregnering motverkar vattenabsorbtion
Rötbeständiga nylontrådsyddasömmar
Garanterat form- och färgbeständig

Sydsvenska Läder- & Remfabriks AB
Ängelholm

VÄRME
SANITET
SPRINKLER



AB KNUT LUNDQUIST

Luntnakargatan 32, Stockholm C
Telefon 23 72 10

FILIAL:

Östermalmsgatan 11, Västerås - Tel. 346 02

Vi har tryckt

AFFISCHER DIPLOM PROGRAM

och mycket, mycket mer åt de flesta av Stock-
holms (och Sveriges) tävlingsarrangörer och
klubbar sedan starten 1873. Så vi kan ge Er
just vad Ni fordrar — alltifrån idé fram till
färdig trycksak. Vi är snabba, billiga och tryc-
ker kvalitet. Ring faktor Jansson på 11 61 07
nästa gång Ni planerar att göra en trevlig
trycksak. Han hjälper Er gärna.



Döbelnsgatan 3 - Stockholm
Telefon: 010/11 61 07 - 20 43 43



Telefoner Kontoret 12 63 94, 11 85 72
Reservdelslager 342 55, 343 34
Verkstaden 340 48

Kontor o. Försäljning, Köpmang. 13, Örebro
Reservdelslager o. Verkstad, Nedre Tybble,
Almby, Örebro

Försäljning i Arboga, 0589/135 35 Res.-del. 135 36
Försäljning i Askersund 0583/107 07

LANTBRUKSMASKINER MASKINFÖRNÖDENHETER

Repr. för:
ARVIKA-THERMAENIUS
och
BOLINDER-MUNKTELL

PRESSROSOR

till nya landslaget för segern i Gävle

Ungdomslandskampen mot Östtyskland blev en överväldigande triumf och pressen slösade beröm på svenska laget i Gävle. Simsport citerar:

ST:s Bo Alm:

Långtföre Jane-Hasse

... "Sven von Holst frimmade så smidigt och kraftfullt att han nu har samma utgångsläge som Majvar Welander. Djursholmaren, som inte ens hunnit fylla 15 år är lika långt före Hasse Rosendahl som Majvar Welander är före Jane Cederqvist. ... det fanns ingen hejd på von Holst och han dansade iväg på ett verkligen friskt och överlygande sätt med en egen specialitet: en volt i varje vändning.

Del kuriösa med Majvar Welander och Elisabeth Ljunggren är att bägge börjat som underbarn i brästsims, men Sten Hellqvist fann nya vägar åt dem. Eftersom flickorna är hopplöst dåliga att vända bär 50-metersbassäng inte bereda dem några svårigheter. Oftast har det i stället varit så att Elisabeth simmat bättre på lång än på kort bana.

Om den vanan håller i sig skulle det betyda att flickorna parkerar högt på världslistan, så högt att vi får ytterligare OS-kandidater.

Birger Buhre i KvP

Simnardrottningen närmare världstron

I frågan vilket ungdomslandslag i simning i Europa, som just nu skulle kunna bjuda Sverige speisen, måste först och främst sägas att detta morgondagsklientel givetvis är mycket svårt att kartlägga för samtliga Europas länder. Jag skulle möjligtvis våga en gissning på att Ungern, som 1958 i all tydhet startat en "babygiv", skulle vara en svårslagen motståndare. Men vi måste också komma ihåg att i en match mot USA, som "SUM-simmat" i ett drygt decennium och inventerat ännu yngre årsklasser än vi gör, skulle vi fortfarande utklassas, även om vi de senaste två åren "hämtat in" enormt.

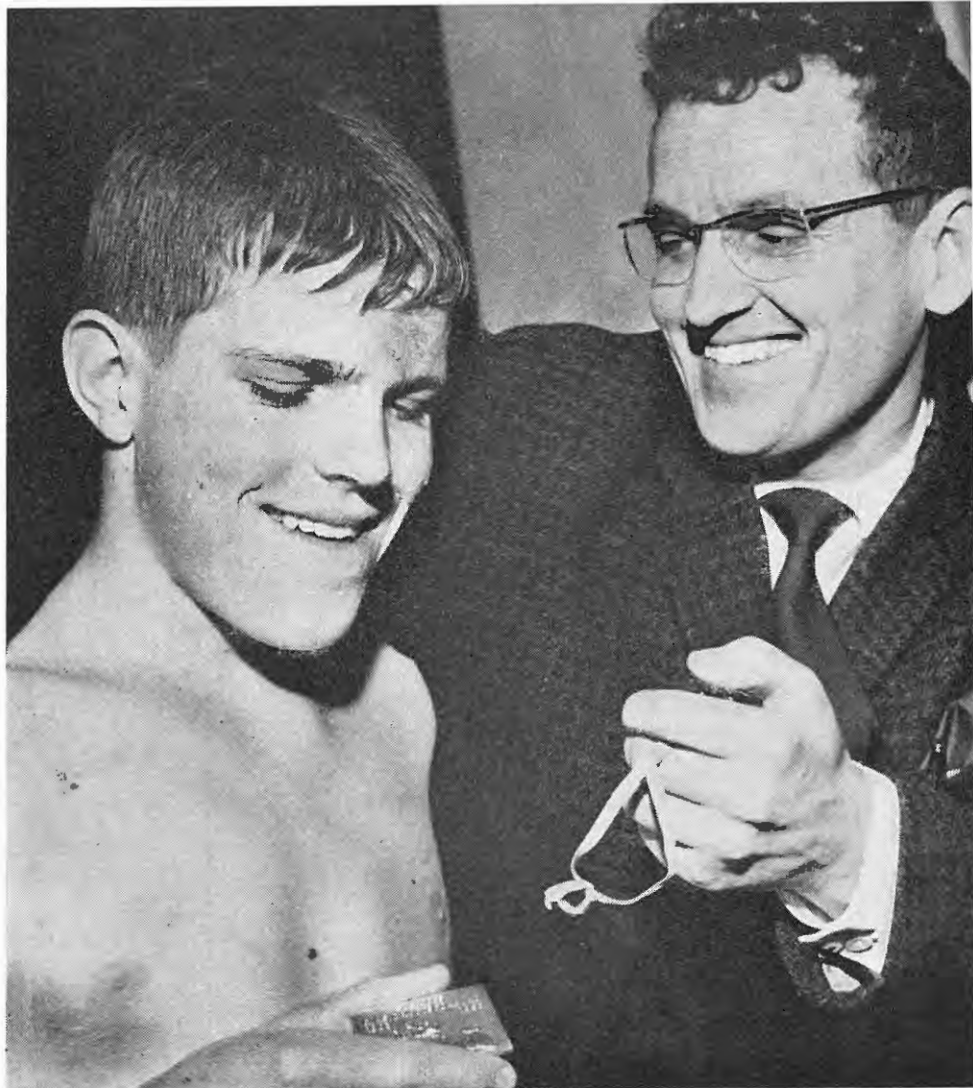
Nu hade vi en 15-årig och en 13-årig flicka som presterade årets näst bästa och tredje bästa tid i Europa, oavsett åldersgränser, så här kan man knappast tala om någon lucka.

Det fanns världsklass gämd på några ställen i denna ungdomslandskamp.

Neplunflickornas uppvisning på 400 meter frisim är nämd. Ännu högre står den nya simnardrottningen Ann-Christine Hagbergs serie på 100 meter frisim, dvs den allra förnämsta grenen: 1.01,8 (lagkapp), 1.02,2 (lagkapp).

Även om det rör sig om noteringar på en 25-metersbassäng (färre sommaren presterade Ann-Christine i 50-metersbana klart bättre tider än hon på våren nått i "kort bassäng"), så kan det noteras att det får närvarande endast finns en simmerska i hela världen som är säker på tider under 1.02, fenomenet Dawn Fraser, av många ansedd som världens främsta utövare 1962 av alla kategorier. Sådana kvalificerade tävlingar som fjorårets australiska mästerskap och imperiepelen redovisade silvertider på 1.03,8 och fjorårets EM-titel vanns på 1.03,5.

En kuriös men intressant poäng i sammanhanget: Sven von Holst trimmar sig i vardagslag i en 12-metersbassäng. Hans Rosendahl har byggt upp sig från början i Kaitineholms 16-metersbälja. Vår närmast föregående medeldistanskung i svensk sim-



ETT STORT GENOMBROTT på långdistans fick djurholmaren Sven von Holst, som här syns tillsammans med sin tränare Lennart "Trean" Forsström.

ning, Per-Olof Östrand, bronsmedaljör i Helsingfors 1952, hade hemma i Hafars en bassäng på 12 meter att öva sig i. S k karga villkor är tydligen inte alltid utvecklingshämmande. Ibland tvärtom. Alminstone får idrottsmän av den riktiga kalibern. De inspireras närmast av sitt namnella underläge.

Låt oss hoppas att denna reflexion kan omsättas på hela den svenska simningens nuvarande ambitioner, nämligen att i Tokio visa att ett litet land, mest lämpat för skidåkning och ishockey, kan "knäppa nätter" med världsdelar i den olympiska simbassängen.

TT i IB:

Vattenartisteri och världsrekord

I Ungdomslandskampens första sju grenar vann Sverige, gratispoängen frånräknade, med 31 poäng mot 2 ... Ifall två stycken "Göran" varit *inalles* 2,00 sekunder snabbare i respektive bröstsim och fjärl, så hade vi denna dag vunnit med — eller dragit ifrån med 33—0!

Det var sju grenar fulla av glädjande moment och massor av personliga rekord. Lördagskvällens clou: 400 meter för flickor ... Med ett slags världsrekord! Det var **Majvar Welander**, den nyss följda urkraften från Södermalm, som mötte dels en liten optimistisk lärna vid namn Martina Granert — 50 meter på 31,211 ... Hundra på 1.081 ... Dels en Yvonne Lombard-liknande liten "goding" som "aldrig var med", och så framför allt **Elisabeth Ljunggren**, "veteranen" som varit med i landslaget sedan hon var 11 år och inte alls

farit illa av det: han har växt upp till en mycket charmerande ung dam på 15 år... Konstnärinna i dans i twist... Och därtill en liten filisaf: bland annat håller han på att en flicka *vissa* är **men inte alla** kan "ta i hur hårt som helst" med idrott vilket ju låter förnuftigt — efter två hundra meter var den kvickt vevande ryggstorka Majvar i täten — tid 2.23 ... Lisa som lugnt passerat 100 meter på 1.10 var nu en och en halv sekund efter. Vid 300 var tiderna 3.40 (Majvar) och 3.40,5 ... Sista vändningen var den lilla och den långa nepluntans i järnbredd, varpå Majvar — som väl sparat litet kraft, överraskande gick ifrån ett per decimeter och "säkert ledde" vid 380, 390 och 395. Sista två simtogen kastade sig emellertid Lisa fram å la Bibbi Segerström och nådde kaklet precis samtidigt som Majvar: 4.54,2.

Och man må ju säga att det var ett lopp med mersmak! Världsrekord för 13-åring! Men lärbrar Hellqvist håller nog tillbaka den unga lejaninnan så att han inte **föräter** sig på rekord.

Årets bästa tid Stridh hotar Bibbi

Marianne Stridh gjorde i påskas ett briljant ryggsimlopp i Bremens bassäng (25 m) — den är lättsummen men saknar handtag för ryggsim — och noterade 1.12,5 på 100 m — det är årets bästa svenska resultat, personligt rekord, skänkt rekord och bara fyra tiondelar över Bibbi Segerströms svenska rekord. I övrigt se Resultatbörsern — rubrik "BREMEN".

MAGNUSSONS Glas och Porslin

Hornsgatan 50 - Stockholm ☐

*

Utförsäljning — Billiga priser



AB ERNO BYGGNADSFIRMA

*

Malmskillnadsgatan 46 Stockholm C

Telefon: 11 11 00, 11 11 01

METRON INSTRUMENT AB

Tulegaf. 17 Stockholm VA Tel. 24 12 50

Exakta tider i Tokio med elektronisk hjälp

I Tokio kommer ett nytt helautomatiskt tidtagningssystem med garanterad säkerhetsmarginal på hundraledsekunden när att lösa alla måldomarproblem.

Vid EM i Leipzig förra året demonstrerades för de närvarande FINA- och LEN-funktionärerna ett nytt helautomatiskt tidtagningssystem, vilket konstruerats i Tokyo genom intimt samarbete mellan det japanska simförbundets s.k. utvecklings- och planeringskommitté och framstående elektroingenjörer.

Nu kan tävlingsarrangörer, funktionärer och aktiva dra en lättnadens suck. Nu finns det gott hopp om en absolut tillförlitlig målbedömning, skrev de östtyska tidningarna efter demonstrationen.

I motsats till det tidigare demonstrerade men ej helt övertygande Omegasystemet har det japanska systemet den fördelen, att det kan redovisa tider med en exakthet av hundraledsekunder. En 100-meterstid kommer sålunda ej att redovisas som 55,0 sek. utan som 54,96 eller 55,02 sek. Och detta har självfallet stor betydelse för målbedömning. Två eller flera simmare kan många gånger nå målet på samma tiondelsekund och vara svåra att placera i korrekt ordningsföljd för måldomarna. Men det hör till de absoluta sällsyntheterna att två simmare

när målkaklet inom samma hundraledsekund och därför kan det japanska helautomatiska tidtagningssystemet också ge en fullt tillfredsställande lösning på det så omdiskuterade och svårlosta målbedömningsproblemet. Man hoppas redan vid OS i Tokio nästa år!

Ju simplare, ju enklare, yttrade ju redan Salig Dumbom för länge sedan. Denna japanska konstruktion förefaller vara berömvärdt okomplicerad. I centralinstrumentet — inte större än tre på varandra staplade cigarrlådor — finns det 24 transistorer, som dirigeras av en liten elektronhjärna. De elektriska impulserna, vilka utlösas genom knallen från startpistolen, löper via mikrofonen in i centralinstrumentet. Man lägger då först märke till att startpistolen ej på traditionellt sätt sätter i gång tiduren vid avfiring. Nej, här utlöser startpistolens knall elektriska impulser, vilka från en överkänslig armbandsmikrofon förmedlas till centralinstrumentet via en ledningsrråd.

De till följd av startskottet utlösta elektriska impulserna sätter hela miniatyreelektroniken i tidsangivaren i arbete, vilket innebär att det på varje bana för varje simmare "rinner" tidsenheter — minuter, sekunder, tiondelsekunder och hundraledsekunder. För tidsskrivningen finnes en i centralinstrumentet inbyggd oscillograf, som är väl skyddad för temperatur- och strömväxlingar och därigenom garanterar ett mycket tillförlitligt resultat.

Hur noteras då tiderna? Jo, genom "anslagstavlan". Denna anslagstavla med trådförbindelse till centralinstrumentet, monteras vid simmarens vändningar — för mellantidtagning — och inspurts i mål — för sluttid — på kortväggens kakel i simbassängen. Anslagstavlan är omkring två meter bred, d.v.s. obetydligt mindre bred än banan (25 m). Den är cirka 50 cm hög och 1 cm tjock. Tavlan, tillverkad av någon slags metalllegering, anbringad till hälften över och till hälften under vattnet, reagerar för trycket av simmarens fingrar genom att metalllegeringen i tavlan ger efter sex till sju millimeter — såsom vore det fråga om en skumgummiplatta — varigenom simmarens tid blir helautomatiskt registrerad.

Då en simmare slår handen i målkaklet eller rättare sagt i anslagstavlan, som apaterats på målkaklet sprannar klockan för vederbörande simmare. Tiden noteras automatiskt på tidsangivaren och numret på hans bana vid sidan om denna. Då samtliga simmare i heatet gått i mål kan man också direkt avläsa deras placeringar på instrumentet.

Ja, så fungerar det japanska tidavläsningsinstrumentet — jämför med vår skiss! — vilket visat sig mycket tillförlitligt vid de prov som hittills företagits och vilket de japanska OS-arrangörerna hoppas kunna få användning av i Tokio nästa år. Vi hoppas att så blir fallet!

Henry Runströmer — Olympisk måldomarchef

Forts. fr. sid. 19

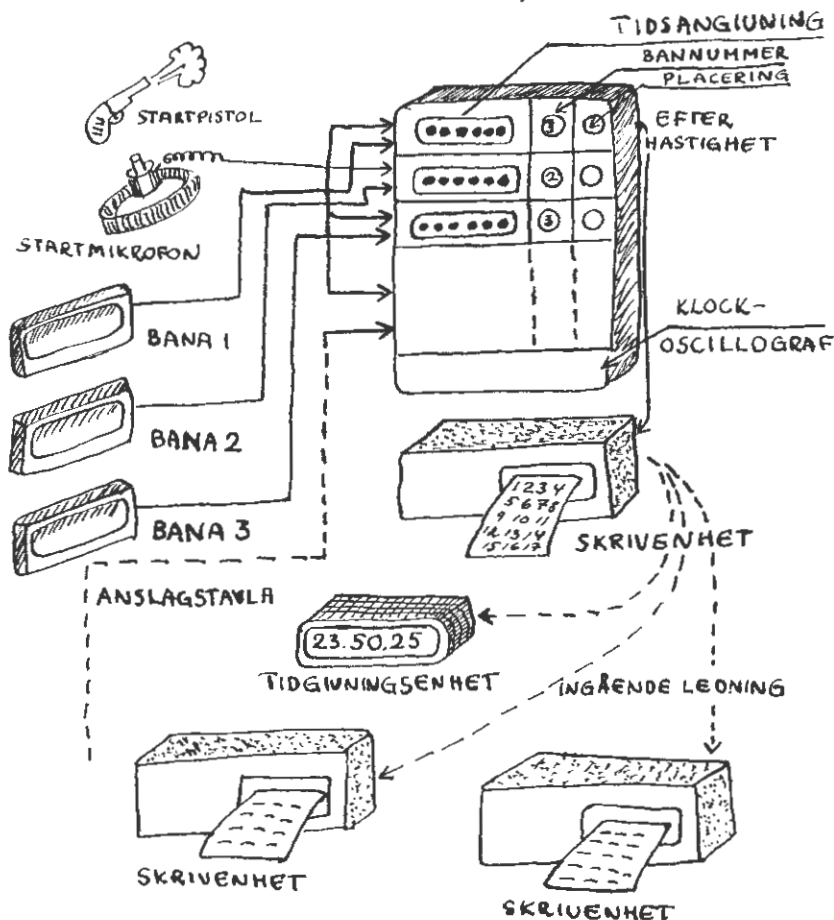
Denna övning möjliggör kraftiga, isometriska kontraktioner hos följande muskelgrupper:

1. Handleds- och fingerböjarna. Placera stängan mellan första och andra fingerlederna. Skjut uppåt hårt med fingrarna och låt dem övertaga så mycket som möjligt av skuldrans press. Låt ej handleden bli sträckt.
2. Armbågssträckarna. Dessa muskler sammandras, om instruktionerna i punkt 1 följs.
3. Bukmuskelnerna. Håll ryggen sträckt och genom att sammandra bukmuskelnerna.
4. Knästräckarna. Skjut händerna och skuldrorna uppåt mot bollen genom att försöka sträcka knäna.
5. Vriststräckarna eller plantarflexorererna. Om hämlarna sänks ned mot underlaget, så drivs kraften av knästräckningen genom hämlarna ner i underlaget. För att överföra kraften så att vriststräckarna blir sammandragna, står man på en bänk eller tjock bräda och läser icke hämlarna beröra underlaget. (Se figur!)

Sammandrag

Isometrisk kontraktion kan fullständiga våra nuvarande träningsövningar. Låt oss dock ej ställa anspråk på den, som ej är berättigad. Kanske är de intermediära kontraktionerna mera betydelsefulla än de isometriska.

Dessa två former av övningar bör icke enbart komma till användning för utveckling av styrka utan även möjligheten att använda dem för utlärandet av riktiga rörelser bör även undersökas. Vi gör det för närvarande vid Indiana University och vi hoppas att snart kunna ha en del data klara för publicering.



Simmarna Bor och Trivs på



Tel. vx 290 60

Gävle Oljeeldningsfirma

L. Lundgren

Tvärgatan 23 GÄVLE Tel. kont. 261 05

**Helautomatisk oljeeldning
Låg- och Högtrycksbrännare
SUECIA och OIL-O MATIC
oljeeldningsanläggningar**

Telefon 106 43 för service efter kontorstid
Medl. av Oljeeldningsfirmornas riksförbund

NILS MOLINS ÅKERI

Kaserngatan 56 - Tel. 204 97
Gävle

Bästa brödet från

ELINGS FINBAGERI

Högstav. 4 — GÄVLE — Telefon 912 38

Nejmans Exportaffär Handelsbolag

Båtmansgatan 6 — GÄVLE

Telefoner:

Kontor ankn. lager 161 64 - Chefstelefon 161 63

Bostadstelefoner:

E. Eriksson, Brunnsg. 57 B 183 68

R. Östlund, Brunnsg. 63 A 244 01

A. Ullström, Kålhagsgat. 4 B 246 24

**Köper och säljer: Järn- och metallskrot,
Räls, Balk, Rör, Vinkeljärn, Lump m.m.**

Järn- & Metallaffär en gros
Industririvningar utföres

Söndagsmat till vardagspris

Grill - Bar - Kafeteria

KUNGSGRILLEN

S. Kungsgatan 31 — Telefon 160 66

GÄVLE

Öppet vardagar 8.00—24.00, söndagar
12.00—24.00

VIN — TV

KEDBRANT & WICKBERG Ingenjörbyrå AB

S. Kansligatan 11 - GÄVLE - Tel. växel 157 40

Utför förslag till värme- och ventilationsanläggningar samt sanitäranläggningar.

Utför var kontroll och tillsyn.

Utredningar, granskningar och besiktningar.

**För Er
som uppskattar
ett välskött hår**

MARGARETHAS DAMFRISERING

Nygatan 2B - Tel. 237 27

GÄVLE

(Ingång från N. Kopparslagaregat.)

”Nattsimning” för neptunare på drömturné

Neptun inbjöds för flera år sedan till Kanarieöarna men såg då skeptiskt på denna inbjudan. Dock blev man glatt överraskad då inbjudan tog fastare form och man, i hast, överenskom om att resan skulle komma till stånd den 5—19 april. 8 manliga simmare en tränare och en ledare. Man måste ”låna” ett par simmare från andra klubbar i landet, då flera av klubbens bättre ej kunde åka. Truppen fick följande utseende.

Kristian König (ledare), Åke Johansson (tränare), Bengt Nordvall, Per Olof Eriksson, Leif Wolmsten, Peter Bergengren, Sven Johansson, alla Neptun, Pelle Jernberg Mariestad, Håkan Kindblom Västerås, Ingvar Eriksson Sundsvall.

Den första veckan tränade truppen, under Åkes erfarna ledning, dagligen 2 ggr. Las Palmas har tre 50-metersbassänger, varav en helt stod till klubbarnas disposition. Grabbarna hade litet akklimatiserings-svårigheter, såsom matsmältningsbekymmer, tomat-röda axlar och allmän slöhet och trötthet beroende på värmen och hårdkörningen. Speciellt våra nya lagkamrater fann träningen hård, men gjorde snart goda framsteg.

Tävlingsprogrammet för den stora 3-dagars tävlingen spikades sent, först på lördagen fick vi klart besked. Dessutom blev vi litet förvånade då vi skulle börja tävlingarna först klockan 22.15 på kvällen. De vinröda gjorde en verkligt fin insats. Att nämna är väl Leif Wolmstens fina tider på 400 och 800 meter, Pelle Jernbergs rekord på 100 meter fjärilsim samt Pelles och Ingvars storstilade insats på 200 m. fjärilsim. När sista grenen skulle simmas, 4×200 meter frisim, ledde Neptun knappt, vilket betydde, att vi voro tvungna att vinna lagkappen. Alla gjorde sitt yttersta, men ... vi åkte dit 79,5—78,5.

På tisdagen fingo vi reda på att planerade tävlingar på Teneriffa, en annan ö i ögruppen, som tidigare förklarats inställda, nu skulle gå. Först klockan 22.15 fingo vi reda på att vi skulle åka nästa morgon kl. 6. Trötta åkte vi till hotellet kl. 1 på natten för att packa. Upp klockan 5 för transport till flygplatsen.

Teneriffa, den vackraste av öarna, såg ett något trött lag kliva ur flygplanet. Efter en vacker färd tvärs över ön till Puerto de la Cruz slocknade samtliga. Några timmars sömn gjorde underverk. Nästan. Tävlingarna hölls i Real Club Nauticos 33-metersbassäng. Tyvärr hade Leif Wolmsten insjuknat i en sorts halskatarr, så vi fingo gruppera om åtskilligt.

Själva tävlingarna gick tämligen bra, men här fick vi se litet av de svårigheter det är att ordna liknande saker här nere. Tävlingsorganisation tillhör tydligen inte Kanariernas favoritsysselsättning. Den danske konsulin i Santa Cruz gjorde dock en fin insats, och tävlingarna kom igång en halvtimme efter

OCKSÅ ETT SÄTT ATT MÖTA VÅREN...

Neptunare i härlig miljö, på Kanarieöarna under träningssejournen. Fr.v. syns på den här soliga bilden i främre raden. Ingvar Eriksson, Kristian König, Bengt Nordvall, Sven Johansson, Peter Bergengren, P. O. Eriksson. Bakre raden: Pelle Jernberg, Håkan Kindblom, Leif Wolmsten. Det är till att ha det skönt i ljumt vatten, i sol och i palmernas skugga... annat än den kalla och snöiga vår vi hade här hemma.



tidsschemat. Våra pojkars insats denna dag blev inte riktigt så bra som tidigare. Ingvar Erikssons 2.11,9 på 200 meter var dock inte så dåligt, och vår Benjamin, Sven Johansson, simmade hem 800 meter på den inte oävna tiden 9.55,2. Medleylaget gjorde en fin reklam för klubben.

Torsdagens insats gjorde nog Håkan Kindblom. Håkan var den ständige 2:an i bröstsim.

När sista gren skulle starta, stod ett slaget Neptunilag bakom startpall nr 3. Denna 4×200 meters-simning tillhör de mer dystra minnena jag har. Ingen av de ”gamla” Neptunarna försökte riktigt, man gav slaget förlorat. Heder, dock, åt Ingvar Eriksson, som inte gav sig, utan sprintade in på goda 2.13,3. Neptuns sluttid blev 9.13,7. Kanarieöarnas kombinations-lag segrade även denna gång, nu med 72—68.

Nu hör till saken att det lag vi tävlade emot, även består av simmare från spanska fastlandet, närmare bestämt från Barcelona. Noga räknat, så fingo vi det till att vi mötte större delen av det spanska landslaget. Namn som Pujol, Espinosa och Cospedal kommer nog att skymta i större sammanhang vad tiden lider. Dessa tränar, enligt amerikanskt system, på ”Universitetet” på stipendier, och disciplinen och träningsintensiteten lär vara väldigt hård.

Jag skall inte här ingå på art tala om hemfärden, vilken var äventyrlig och oerhört tröttsam. Däremot skall jag be

att få, som slutkläm på detta, säga att alla äkta och oäkta Neptunare voro nöjda med sin vistelse på De Soliga Öarna, där vi blivit väl omhändertagna och mått som kungar. Att vi skött oss väl, torde framgå av att klubben dels kommer att få en inbjudan att komma med ett par simmare till Teneriffa nästa år, för invigningstävlingar i en ny stor 50-metersbassäng, samt att man gärna ville göra om ett liknande arrangemang som det det vi varit med om, ett kommande år.

Kristian König

NM i simning

Norrlandsmästerskapen i simning i Timrå dominerades av Ingvar Eriksson, Sundsvall, och Marianne Lundqvist, Gävle, vilka blev dubbelsegrare. Endast 13-åriga Timråflickan Lotten Andersson överraskande vann 100 m fjärilsim knappt före Anna Zedig, Malmberget.

Storfavoriten Skellefteå-Rönnskär gick miste om segern i herrarnas 4×100 m frisim, sedan man blivit diskvalificerat för tjuvstart efter protest. Lagkappen vanns nu i stället av Sundsvalls Simsällskap, som var två sek efter Västerbottenlaget i mål.

Gävle SS blev överlägset bästa klubb vid mästerskapen medan Medelpad toppade listan bland distrikten. Se vidare ”Resultatbörsen”.

Firma Andersson & Persson

OCKELBO
Postbox 415 — Postgiro 8 52 38

BILVERKSTAD

**Lager av
Reservdelar, Oljor och Drivmedel**

BILLIGA PRISER

Telefoner 0297/:

Kontoret 401 91

K. Hammarsten bost. ankn.

Verkstad o. Lager 401 76

O. Anderssons bost. 401 78

ULLBERGS

Damfrisering Eftr.

(Stessie Lindström)

Tullgatan 9 - Tel. 135 75 - Söderhamn

Allt i modern Hårvård

Det smakar med gott kaffe

... under bilturen på

Märtha Berglunds Konditori

Staketgatan 9 — Telefon 200 93

HOFORS

Gott bröd - Läckra bakverk

Välkommen!

Anderssons Radio

Hyttgatan 24 - Sandviken - Tel. 549 96

Allt inom branschen - Fullständig TV-service

Allkemisk Tvättindustri

Gävlevägen 57 - SANDVIKEN - Tel. 546 30—548 92

Kemisk Tvätt — Press — Reparationer

Välkommen till



Bensin & Servicestation

Arne Jansson

JÄRBO — Telefon 705 83

Fullständig service

Tillbehör

BERGSTEDTS EFTR.

Manufakturaffär

Oxtorgsgatan 23 - Tel. 124 11 - Söderhamn

Alltid senaste nyheterna

Bästa Service vid utförande av alla slags Transporter

I vår moderna vagnpark ingår lastvagnar från 1 till 18 ton, släpvagnar, specialvagnar för djurtransporter samt flyttbuss.

Vi levererar även **Grus, Sand, Fyllning Prima matjord** m.m. till humana priser. — Införda offert.

Schaktning

SANDVIKENS ÅKERI AB

Idrottsgatan 3, Sandviken. Tel. växel 519 90,
Grustaget 321 11

Elektro-Montage AB

Köpmansgatan 12 och 15 Sandviken Tel. 542 05 växel

Filialer:

Kungsgården Tel. Storvik 376 57,

Forsbacka Tel. Gävle 351 35,

Hofors Tel. 209 83 — Ockelba Tel. 405 36

Svenska Ungdomsmästerskapen i simning ("SUM-SIM"), som introducerades av Svenska Simförbundet och tidningen Expressen 1961 blev en omvittnat stor succé redan i starten. Då vi nu åter gör oss redo att arrangera "världens största simtävling" — 1961 kunde vi räkna cirka 30.000 tävlingsprov i Massmönstringen — så har vi inte funnit anledning att göra några större förändringar beträffande själva tävlingsformen. Massmönstringen, startar den 1 sept. och pågår t.o.m. 30 sept. men dispens för provtagning under sommaren kan erhållas efter kontakt med Simförbundet. Redovisning av proven sker dock på ordinarie tid.

Startberättigade

Svenska Simförbundet och tidningen Expressen inbjuder flickor och pojkar i åldern 10—15 år (årsklasserna 1948—1953) att delta i 1963 års "SUM-SIM".

(Tävlingsdeltagarna behöver inte nödvändigtvis vara föreningsanslutna men bör av rent praktiska skäl söka inträde i simförening eller skolidrottsförening före tävlingen. Svenska Simförbundets representationsbestämmelser gäller för årets tävling, vilket innebär, att flickor och pojkar, som tillhör simförening, måste representera denna. En annan självklar regel är, att en SUM-simmare endast får representera en förening och göra ett tävlingsprov i varje simsätt).

Massmönstring — Regionsmästerskap — Riksfinal

Tävlingen kommer liksom 1962 att förs fram i tre etapper:

1. Lokal massmönstring (öppen för alla ungdomar i ovan angiven ålder på alla simbanor om minst 10 merers längd) under tiden 1—30 september.
2. Regionsmästerskap (i princip öppen för alla — men med gallringsrätt för de lokala arrangörerna, om detta anses av tids- och utrymmesskal påkallat — på inomhusbanor av minst 25 meters längd och på 9 geografiskt spridda platser under tiden 19—20 oktober.
3. Riksfinal (öppen för alla regionsmästerskapsvinnare samt de tre riksbästa tvåorna i samtliga åldersklasser och grenar) den 2—3 november.

Simsätten

Tävlingen kommer vidare att omfatta alla fyra simsätten och distanser enligt följande schema:

Distanser

	Flickor		Pojkar	
	Simsätt i meter		Simsätt i meter	
f. 1953/10 år	50 m fr.	50 m br.	50 m ry.	50 m fj.
f. 1952/11 år	50 m fr.	50 m br.	50 m ry.	50 m fj.
f. 1951/12 år	50 m fr.	100 m br.	50 m ry.	50 m fj.
f. 1950/13 år	100 m fr.	100 m br.	100 m ry.	50 m fj.
f. 1949/14 år	100 m fr.	200 m br.	100 m ry.	100 m fj.
f. 1948/15 år	100 m fr.	200 m br.	100 m ry.	100 m fj.

Massmönstringen

Deltagande i Massmönstringen är obligatoriskt för alla som vill fortsätta i Regionsmästerskapen för att kunna kvalificera sig för riksfinalen.

Alla föreningar, som önskar arrangera tävlingsprov för "SUM-SIM", har att an-

SUM-SIM 1963

mäla sitt deltagande till SUM-SIM:s tävlingsexpedition, Tidn. Expressen, Box 341, Stockholm 1, och erhåller sedan denna anmälan mottagits från tävlingsexpeditionen reklamateriel, SUM-SIM-märken och startkort. Startkortet skall så snart som möjligt — skicka gärna i flera omgångar och spar ej till sista dagen — insändas till tidningen Expressen (hållkortsvardelningen).

Anmälan — Startkort

I sin anmälan skall arrangörsföreningen uppge önskat antal startkort för flickor (röda kort) resp. pojkar (blåa kort). Kortet är sammanfogade i block om 50 och inte tjockare än att förening som önskar kopia av detta kombinerade start- och resultatkort kan använda sig av karbonpapper för kopiering. I så fall bör dock beställd upplaga beräknas med hänsyn till denna extraåtgång av kort.

Men viktigt är — vilket ännu en gång måste påpekas — att ingen simmare får rapporteras för mer än ett tävlingsresultat i varje simsätt! Kontrollera också att rätt distans skrivs.

För att stimulera föreningarnas intresse har arr. i år beslutat utdela ett antal "SUM-SIM-klockor" — ett förtämligt stoppur av märket MINERVA — enligt kvotberäkn. baserad på invånareantal.

Speciell SUM-SIM-tidning

Liksom tidigare år kommer Expressen att låta trycka en speciell SUM-SIM-tidning med resultat från Massmönstringen. Denna tidning, som blivit mycket uppskattad, kommer uppta alla bättre resultat.

"Sim-Expressen" kommer att distribueras till föreningarna, som sålunda får svara för att deras deltagare får var sitt exemplar. I samband med sista insänd-

ningen av startkortet från Massmönstringen skall beställning av önskat antal exemplar av tidningen göras.

Alla rekvisitioner av materiel för "SUM-SIM", d.v.s. av starkort, affischer, rockslagsmärken, "SIM-Expressen" m.m., skall göras på anmälningskortet som bi-

fogas detta brev. Adressen är SUM-SIM, Expressen, Box 341, Stockholm 1.

Expressens red. John Larsson kommer att åka landet runt i en buss och ta kontakt med Sum-Simarrangörerna.

Västkustresan startar 24 maj med red. John Larsson: Följ. SUM-SIM-bussens program: 24. Skövde, 25. Falköping, 26. Borås (dag), 26. Alingsås (kväll), 27. Uddevalla, 28. Göteborg, 29. Varberg 17.30—18.00, 29. Halmstad 20.00, 30. Anderstorp (dag), 30. Värnamo (kväll), 31. Jönköping + event. Nässjö.

Sydskustresan startar 24 juni: 25. Norrköping, 25. Oskarshamn, 26. Kalmar, 27. Karlskrona, 28. Ronneby, 29. Kristianstad, 30. Ystad, 1. Trelleborg, 2. Malmö/Lund, 3. Landskrona, 4. Hälsingborg, 5. Ängelholm.

Regionsmästerskap

Alla flickor och pojkar, som startat i Massmönstringen, äger rätt att anmäla sig till Regionsmästerskapen på följande orter:

1. Boden (för simmarna från Norrbotten och Västerbotten)
2. Timrå (Ångermanland, Jämtland—Härjedalen, Medelpad och Norra Hälsingland)
3. Gävle (Södra Hälsingland, Dalarna, Gästrikland och Uppland)
4. Stockholm (Stockholm och Gotland)
5. Eskilstuna (Västmanland, Södermanland och Norra Östergötland)
6. Karlskoga (Värmland och Närke)
7. Göteborg (Västergötland och Bohuslän-Dal)
8. Värnamo (Södra Östergötland, Småland, Blekinge, Halland)
9. Malmö (Skåne)

Arrangörer av Regionsmästerskapen äger rätt att uttaga en anmälningsavgift på 1 kr. per simmare samt förbehåller rätten till gallring bland anmälda deltagare på grundval av tider uppnådda i den lokala Massmönstringen. Ev. gallring skall dock underställas tävlingssekreterariet i Stockholm för godkännande.

Riksfinal

Sista etappen i Svenska Ungdomsmästerskapen blir Riksfinalen den 2—3 november.

Till riksfinalen kommer segraren i varje gren i Regionsmästerskapen att vara kvalificerad samt därutöver minst tre med riksbästa tider, som ej räckt till seger i Regionsmästerskapen. En gren, som är stor i vissa årsklasser och regioner t.ex. Stockholm över hela linjen och Skåne i de yngsta flickklasserna får sålunda teoretiskt chansen att få med även välkvalificerade tvåor, treor och fyror.

Ekonomi

Den lokala Massmönstringen är främst en föreningsangelägenhet, där föreningarna bör kunna räkna med en god rekryteringschans.

För Regionsmästerskapen får föreningarna och de aktiva själva i främsta hand svara för ekonomiseringen. Eventuellt kommer vissa mindre resebidrag att utdelas i de mest ömmande fallen.

För Riksfinalen räknar arrangörerna med att kunna betala fullt resebidrag till 18 ledare, två från varje region samt vissa mindre resekostnadsbidrag jämväl till simmarna och simmerskorna. Under alla förhållanden räknar arrangörerna

<p>Alla simmare är välkomna till Restaurang Skarpskytten Sf. Skuggan N. Djurgården Stockholm No Tel. 30 24 44</p>	<p>Centrum-Kiosken Dalarövägen 6, Handen Tel. 97 03 60 Frukt — Konfektyr — Tobak — Tidningar</p>
<p>Bergsunds Livsmedel Bergsundsgat. 24 Stockholm C Tel. 68 48 93 Rekommenderas</p>	<p>AB Grävteknik Ellen Fries' gata 5 - Hägersten Tel. 46 82 39, 46 84 39 Schaktning och Sprängningsarbeten Uthyrning av Traktorer och Grävmaskiner</p>
<p>Kaférestaurant Coina AB Folkungogat. 128-130 Stockholm Sö Tel. 41 03 02 Vällagad mat — Gott Kaffe Vältempererade maltdrycker — Rekommenderas</p>	<p>City Hårvård Innehavare: G. Johansson Välkommen och beställ tid Tel. Damsalong 99 39 25, Herrsalong 99 39 26 Hagsätra Iorg 24, Hagsätra</p>
<p>Stanleys Fiskaffär Birger Jarlsgat. 83 Stockholm Va Tel. 33 59 22 Dagligen färsk fisk — Delikatesser</p>	<p>Byggnodstjänst Äsvägen 1, Jakobsberg Tel. 0758/303 04 Husbyggnader och Reparationer</p>
<p>Edströms Tapetserareverkstad Inteckningsvägen 70 Hägersten Tel. 18 50 57 Möbler omklädes snabbt och billigt</p>	<p>Skälbytvätten Kämpevägen 3 Skälby Tel. 38 54 15 Rekommenderas</p>
<p>Hertas Bod — Sybehörsaffär Dr. Widerströmsg. 48 Hägersten Tel. 46 96 97 Tyger och Garner</p>	<p>Stadionkonditoriet Plangatan 4 SOLNA Tel. 27 39 35 Rekommenderas</p>
<p>Holm Mekaniska Verkstad AB Ekelund Solna - Tel. 82 34 10—82 14 90 Plåtarbeten - Elbelysningar - Pressningar Metalltryckeri - Svetsning och svarvning</p>	<p>Beckmans Järn & Färg Torget 2 B - Kungsängen - Tel. 0758/522 14</p>
<p>AB R. W. Staflander Boktryckeri Årsta Skolgränd 8 a - Tel. 19 40 40</p>	<p>Bror Rydstedt Bageri o Konditori Riddersviksv. 107 Vällingby Tel. 38 85 13</p>

19-årig sensation då Polisen vann

Den 41:a 20-mannasimningen i Forsgrenska Badet blev ett raffel utan like. Polisens Jan Lundin och Neptuns Bengt Nordwall gick i vattnet nästan exakt lika på sista sträckan och slog nävarna i kaklet i exakt samma tiodels sekund, efter 9.00,3. Två segrare? Nej, Neptun diskades för överväxel, man hade av den hårda poliskonkurrensen tvingats att chansa litet väl mycket. Det skilde aldrig mer än en meter mellan loppets giganter.

Allt verkade upplagt för 23:e Neptunsegern då P. O. Eriksson på 18:e sträckan tog ett meterförsprång, men Polisen hade en joker kvar, 19-årige Lillsvedseleven Nisse Wahlberg, som tog igen allt på 19:e sträckan och klockades för bästa tiden i 20-manna 24.5.

— Nu skall vi bara ta 10-manna också, sade Polistränaren Åke Lindgren — vi har vunnit både 50- och 20-manna...

I Djursholms lag fann också en flicka — Britt Marie Dillner — hon gjorde 30.6.

Se vidare "Resultatbörsen".

Lätt för Jan Lundin

Ann Charlotte 1.03.6

Jan Lundin, Polisen vann naturligtvis Grand Prix i Göteborg som han ville, på banrekordet 2.04,2. Mats Svensson kunde bara konkurrera de första 100 m. Ann Charlott Lilja gjorde ett lysande lopp på 100 fritt och fick sitt livs bästa tid 1.03,6, klart slående bl.a. danskan Kirsten Strange. Ann-Charlott hade bara Ann-Christin Hagberg och Karin Grubb före sig i alla tiders svenska kortbanestatistik efter detta... Se vidare "Resultatbörsen".

Belönad:

Birgitta Sjöberg har av Skövdealliansen tilldelats 1962 års SLA/VK-plakett för Skövdes bästa idrottsprestation. Det är första gången en simutövare fått den belöningen. En ledare har dock blivit ihågkommen tidigare, Carl-Hampus Montgomery.

med att kunna ordna inkvartering och bespising på billigast tänkbara sätt.

Anmälningar

Anmälningarna från alla föreningar, som avser deltaga med sina flickor och pojkar i Svenska Ungdomsmästerskapen 1963 och som sålunda skall stå som arrangörer i den lokala Massmönstringen, skall vara SUM-SIM:s tävlingsexp., Tidn. Expressen, Box 341, Stockholm 1, tillhanda senast den 15 maj, varefter startlistor översändes.

Vi boppas på rekorddeltagande och önskar alla hjärtligt välkomna i denna, den svenska simsportens till dato största ungdomstävling!

Stockholm i april 1963.

Svenska Simförbundet
Expressen



JUBLANDE POLISSIMMARE bissar Nisse Wahlberg, som genom sin granna insats på näst sista sträckan säkrade 20-mannatriumfen över Neptun.

Nytt ljus i skånsk herrsimning

Årets stora överraskning i skånsk herrsimning är otvivelaktigt Ingvar Persson, 16-årig MS-are, som gjort två bra lopp på 400 m frisim. Bra därför att han aldrig tidigare tränat frisim utan utslurande bröstsim, som tills vidare är hans specialsim, men efter blott två veckors träning i frisimsstilen, helt såsom ett led i bröstsimsträningen, ställde han totalt otippad och okunnig om distansen upp i sitt livs första lopp på vid skånska B-mästerskapen i Hälsingborg, där han fullkomligt utklassade frisimsspecialisterna och ordentligt skakade om sina be-läckare med att vinna på 5.09,4, och häpnaden blev inte desto mindre, Birger Buhre inräknad, när han den 9 mars blev skånsk A-mästare på 4.55,9. Som ett brev på posten sänkte han så sitt personliga bröstsimsbästa på 200 m. med 7 sek. till 2.48,0 och var därmed kvalificerad för SM, där han dock var alltför gripen av stundens allvar för att kunna prestera tider kring 2.44—2.45, som träningen förutspått. Frågan är dock, om Ingvar "Palle" Persson inte är en frisimmets långtradare med kommande nationellt gångbara tider i kroppen, när han får finslipning i stil och snabbhet. En sänkning av pers. rekordet på 100 frisim från 1.11 till 1.05 på strängt taget nolltid är dock ett stort steg i rätt riktning.

Ingrid Ahlströms namn är det skäl att fästa i minnet, och i samma utsträckning

som Ingvar Persson har hon, under Birger Buhres durkdrivna ledning, letts fram till talangernas absoluta tår.

Som personligt rekord har hon 1.17,6 på 100 rygg och om allt klaffar skall hon nog i framtiden kunna röra om en hel del i SM-prislistorna. Hennes 1.07,9 på 100 m. fritt i SM-lagkappen häromsistens talar också sitt tydliga språk om blomning.

Skånsk damsimning har inga rekryteringsproblem, men med herrsidan är det problematiskt nog. En eller annan topp lär väl småningom dyka upp i de större sammanhangen, men man har känslan av att träningen är alldeles för len på sina håll, och en betydligt hårdare intensitet i det fallet skulle med all säkerhet åter driva fram skånsk herrsimning till en förstarangplats.

STIG.

Hetz sjuk

Västtysklands och Europas kanske bästa simmare, Gerbard Hetz måste vila från all simning p.g.a. sjukdom. Han får endast ägna sig åt lätt gymnastik. Någon exakt diagnos har inte kunnat ställas.

Mrazek avstängd

Tyske bröstsimmaren Holm Mrazek har av västtyska simförbundet avstängts på sex månader p.g.a. dåligt uppförande.

OLOV B. OLSSON
Plastindustri

Lysviksgat. 83 - Farsta - Tel. 94 57 03

B. SPETZ
LIVSMEDEL

Stockholmsvägen 16
ENEBYBERG
Tel. 58 33 29

Rekommenderas

Populära träffpunkter för idrottsfolk

Eriksdalshallens Servering
Ringvägen 68—70, Tel. 41 13 25

Enskedehallens Servering
Tel. 43 63 83

Ängbybadets Servering
Tel. 87 35 10

Solnahallen
Tel. 82 42 00

Kaffe - Smörgåsar - Konditorivaror
Konfektyrer - Glass - Läskedrycker
m.m.

För närmare upplysningar

NILS JONSSON
Mäss-serveringar

Glanshammarsgatan 43, Tel. 99 51 74

AB BENGTZONS
LIVS

Tuleg. — Fredsg. Sundbyberg Tel. 28 15 35

*

Kvalitetsvaror till lägsta pris

Personlig service

Aktiebolaget
FILTEX KLÄDSERVICE

Dellensvägen 22, 26
JOHANNESHOV
Telefon 91 83 83

BETALD
ANNONSPLATS

USA-PARET SNART HEMMA

Sveriges bägge storsimmare i USA Per-Ola Lindberg och Hasse Rosendahl börjar snart packa trunkarna för hemresa.

Per-Ola skall vara hemma i svenskt vatten i mitten av juni. Rosendahl kommer tidigare, förmodligen i slutet av maj eller början av juni.

Åt andra hållet reste Hasse Rosendahls tränare Bo Alm i början av maj. Han for till simningens Mekka, till USA och till tränarna "Doc" Counsilman, Peter Daland och Bob Kiphuth. Det betyder städerna Bloomington i Indiana, Los Angeles och New Haven. Där finns gräddan av världens simelit, med Jastrenski, Stock, Clark, Jackmann, Konrads, Yamanaka.

Det blir en turné med sikte på fortbildning och nya impulser. Ljust i simning kommer från USA. Där lanserar just nu "Doc" Counsilman isometrisk och isotonisk träning på bred basis.

Per-Ola och Rosendahl skall strax efter hemkomsten få en ny chans till titelbortläggning med svenska folket. Den 7 juli ordnas en TV-gala i simning med duon på startpallarna, Per-Ola på 100 fritt och Rosendahl på 400 fritt.

Forts. fr. sid. 2

Oktober

- 5—6 Norrbottens JDM i Luleå
- 6 Hudiksvall: Nat. tävlingar
- 14—20 Hela landet: Inomhuspolo
- 19—20 Hela Sverige: Sum-Sim: Regionsmästerskapen
- 21—27 Hela landet: Inomhuspolo
- 26—27 Norrbottens DM (1:a avd.) i Kiruna

November

- 2—3 Stockholm: Sum-Sim: Riksfinal
- 3—4 Östersund: Nat. tävlingar
- 10 Norrbottens DM (2:a avd.) i Munksund
- 4—10 Hela landet: Inomhuspolo
- 7 Stockholm: DM i livräddning
- 11—17 Hela landet: Inomhuspolo
- 13 Östersund: JDM
- 17 *Ej best. plats: SM i lågsvikt*
- 17 Göteborg: GT-simmet
- 20 Östersund: JDM
- 24 Södermanland: Skol-DM

December

- 1 Stockholm: Neptuns 50-manna.
- 1 Göteborg: Göteborgspolisens tävlingar
- 9 Östersund: Nat. tävlingar
- 10 Göteborg: S 02:s tävlingar
- 11 Göteborg: Najadens tävlingar
- 13 Göteborg: GKK:s tävlingar
- 14 Göteborg: S 02:s tävlingar

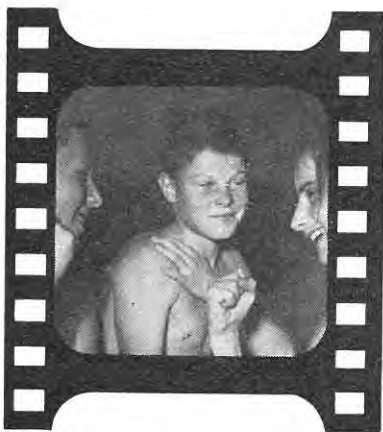
UR ARKIVET ...

Simsport har tittat litet grann i sitt eget familjealbum. Unga är våra simstjärnor men de har varit ännu yngre ...



12 ÅR TROR ...

... jag visst att jag var ... Elisabeth Ljunggren visar enorm talang i brösisim och vinner SvD:s skolsim 1960 — nu är hon Europatopp på 400 frisim.



12 ÅR TROR ...

... jag visst att jag var ... Per-Ola Lindberg visar sitt fräkniga fighting-face i Forsgrenska 1953 flankerad av två som besegrades på 50 m fritt, där Per-Ola då gjorde 32 blankt ... Tiden går.

PER-OLA BLEV MÅNADENS MAN

Per-Ola Lindberg korades vid påsktid till mars månads idrottsman vid sin skola, University of Southern California.

Anledningen till hedersbetygelsen var Per-Olas sagolika seger på 100 yards fritt i amerikanska collegemästerskapen i Raleigh, Nord-Carolina, den 31 mars. Per-Ola slog den samlade amerikanska eliten, satte nytt collegerekord med 47,1 sek och förde med sin seger sin skola till totaltriumf i kampen mellan universitetet.

... OCH "KRAX" KOM PÅ SJÄTTE PLATS I USA

Ohio-studerande Göran "Krax" Lundqvist lyckades över förväntan vid amerikanska college-mästerskapen i Raleigh. Han gick till final och slutade som sjätte man på 3-meterssvikten. Än mer imponerande är kanske att han låg på fjärde plats efter försöksomgången. Det bådar gott inför Tokio, där ju första avdelningen är den utslagsgivande. Göran har numera på sin repertoar hopp som 2½ baklänges volt och 1½ Mollbergare med 2½ skruv!

Det blev full pott för Sverige genom att även Bo "Pancho" Wallsten klarade en finalplats och blev 8:a. Ett amerikanskt hoppmästerskap anses ju med rätta vara betydligt hårdare än en OS-final, och det säger en hel del om våra två pojkers prestation att olympiske bronsmedaljören Botella blev utslagen i försöken.

Segrare blev som väntat Ohios Lou Vittucci, storfavorit till det olympiska guldet både på 3 och 10 meter.

T. Ö.

Gottvalles 55.8

Franske Europarekordhållaren Alain Gottvalles simmade 100 m fritt på utmärkta 55.8 vid tävlingar i Dakar den 15/4. Hans rekord lyder på 55 sek. blankt sedan den 10 augusti i fjol.

KANSLITIDER I SOMMAR

Sommarjämsgöring tillämpas på Simförbundets kansli den 1 maj—30 sept. Det innebär tjänst kl. 08.30—16.00. Den 24—25 maj — endast jourtjänst.

Semestrarna har fastställts enligt följande:

- 9—29/6 Generalsekreteraren
- 1—13/7 Tage Svanberg, Ingrid Jensen
- 15—27/7 Ann-Briff Hultgren.

SM-LEDARE SÖKES

Simledare som är villiga att hjälpa till vid sommarens SM i Eriksdalsbadet ombedes ringa Svenska Simförbundet. Stockholm tel. 10 61 92, 10 63 92.

ISOMETRISK TRÄNING DEN NYA "GIVEN" I SIMNING

Av
JAMES E. COUNSILMAN

Övers: Sigge och L. Heyner

Av James E. Councilman, simtränare vid Indiana University, USA.

Isotonisk betyder ordagrant definierat "likformig (samma) spänning". *Isometrisk* kan på samma sätt definieras som "samma mått". Euhuru ej verklig (för tillfället) beskrivna ha de accepterats som fysiologiska termer. I denna avhandling kommer termerna "statisk" och "isometrisk" att användas omväxlande såsom uttryck för en och samma sak på samma sätt som termerna "dynamisk" och "isotonisk". Termerna "statisk" och "dynamisk" är mera exakt beskrivande. (Intermediär sammandragning kan väl bäst beskrivas som en mellanform av isometrisk och isotonisk sammandragning. Enligt Svensk Uppslagsbok beskrives "isometrisk" som *reguljär* efter grekiskans *isos*=lik och *metron*=mått. Beträffande "isotonisk" användes detta ord enligt samma uppslagsverk om t.ex. lösningar, som, om de är isotoniska, säges ha *samma* osmotiska tryck, "intermediär" definieras enligt samma uppslagsverk som mellanliggande.)

I professor Ture Petrén's Lærobok i Anatomi, del I Rörelseapparaten, sidan 269 under rubriken "Allmän muskelmekanik" stycket två beskrives isotonisk och isometrisk kontraktion sålunda:

"När en muskel kontraheras kan detta resultera i att dess fäste och ursprung närma sig varandra, varvid en rörelse åstadkommes i tillhörande ledgångar. Muskeln utför då en s.k. *isotonisk kontraktion* och presterar ett *dynamiskt arbete*. Hindras den från att förkorta sig (t.ex. av tyngdkraften eller genom att skelettstyckena hållas fixerade av motverkande muskler) stegas dess spänning så att den blir hård och styv. En sådan form av muskelaktivitet kallas *isometrisk kontraktion*. Härvid presterar muskeln en kraft utan att utföra ett fysikaliskt arbete. Man brukar säga att den utvecklar ett *statiskt arbete*."

Även om användningen av isometriska muskelsammandragningar i viss utsträckning tillämpats under många år för att stärka muskler, så är det först under de senaste två åren som dessa övningar fått en vidsträckt utbredning bland olika övare av tävlingsidrotter. En just nu populär periodisk tidsskrift förklarar, att

många av dess anhängare påstår, att den isometriska träningen är ett universalmedel för att utveckla muskelstyrka och uthållighet samt befördra viktminskning etc.

Så som den isometriska sammandragningen allmänt utövas idag, kan den emellertid endast utveckla styrka och muskelstorlek.

Isometriska eller statiska sammandragningar

Vad betyder termen "isometrisk sammandragning" exakt? Tekniskt kan den icke klassificeras som en form av övning, enär man i ordet övning innefattar en viss form av rörelse. En isometrisk sammandragning borde kanske lämpligare kallas en statisk sammandragning, detta emedan musklerna icke förkortas under övningen och det ej förekommer någon rörelse i densamma.

Ett exempel på denna form av sammandragning är då en man böjer sig framåt för att lyfta en vikt och det visar sig, att denna vikt är för tung för att flytta. Även om han spänner sina muskler maximalt, förmår han icke rubba vikten. Följaktligen har hans muskler icke förkortats under lyftförsöken. De är endast "isometriskt" sammandragna.

Muskler som användas för att hålla oss upprätt, då vi står eller sitter i en statisk ställning, är isometriskt sammandragna.

Isotoniska eller dynamiska sammandragningar

Om vikten som skall lyftas av mannen är tillräckligt lätt, så att den kan flyttas av honom och viktens tröghetsmoment därmed övervinns, förkortas musklerna och en rörelse åstadkommes. Denna form av sammandragning kallas isotonisk eller dynamisk. Detta är den typ av sammandragning vi tänker på, då vi använder ordet "övning".

Närhelst en muskel spänns isotoniskt — dynamiskt — i en väl utvecklad kropp, sammandrar sig andra muskler isometriskt — statiskt — för att fungera som stabilisatorer eller fasta punkter och neutraliserar krafter. Ett exempel på detta i simning är, då musklerna i de övre delarna av låren och i höfterna rör benen upp och ner i en crawlbenspark (musklerna sammandrar sig isotoniskt), medan buk- och ryggmusklerna sammandras isometriskt för att stabilisera höftleden.

Intermediära sammandragningar

Vi kanske kan anklagas för att "trassla till begreppen" genom att introducera denna tredje form av sammandragning. En del människor vill hävda att så snart en rörelse kommer till stånd, blir sammandragningen isotonisk. Vi för vår del tror, att en betydelsefull grundsats förbundits med detta nya begrepp och att det inte enbart rör sig om ett nytt ord och dess betydelse.

I den vanliga isotoniska träningen (såsom t.ex. lyftning av en vikt) tror vi, att den största delen av värdet av en viss övning uppnåts, så snart viktens tröghetsmoment övervunnits.

Jag har förklarat för våra simmare, att om de lyfter upp vikten snabbt (basligt) så uppnås kanske 80 % av övningens syfte, att bygga upp styrkan, under

de första tummen av lyften, d.v.s. under den tid, då viktens tröghetsmoment övervinnes.

Om vikten kastas upp häftigt, framkallar detta en initialkraft i riktning uppåt och vikten blir i själva verket en ballistisk projektil, som fortsätter att lyfta sig uppåt. För att illustrera detta, kan vi använda oss av nedanstående diagram beträffande det i rygggläge med handflatorna vända uppåt utförda "rakarmslyftet" med en skivstång:

Se figur, som avbildas.



För den skull utförs många av våra övningar i ett mycket långsamt tempo. Vi anse denna långsamma, jämna rörelse, i vilken vi försöker att ej ge vikten någon större initialkraft (eller motståndskraft), vara en modifierad form av muskelsammandragning, en intermediär form (mellanform), som kompletterar de isotoniska och isometriska sammandragningsformerna.

Här vid Indiana University tror vi, att det kommer att erbjudas oerhört rikliga tillfällen för forskning och utveckling inom detta område.

En given isometrisk kontraktion (sammandragning) medger endast kontraktion i ett visst läge. En långsam, fortgående *intermediär* kontraktion under motstånd ger oss möjlighet till en övning, som kan jämföras med en hel serie isometriska kontraktioner i olika lägen (vinklar).

I våra övningsprogram för simmare på torra land använder vi oss av alla tre kontraktionsformerna.

Det är ett allmänt erkänt faktum att ett maximum av styrka byggs upp genom övningar eller kontraktioner, som utförs under stort motstånd men med få upprepningar (t.ex. rakarmslyft i rygggläge 5—30 gånger med tunga vikter på 35—125 pund=17,5—62,5 kg).

För att bygga upp styrka utför vi alla tre övningsformer under mycket stort motstånd (med tunga vikter).

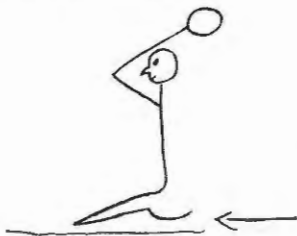
För att bygga upp uthållighet utförs de tre slagen av övningar under moderat motstånd och med ett stort antal upprepningar (t.ex. 300 viktlyftningar i rygggläge med en moderat vikt på omkring 20 pund=10 kg).

En muskels styrka är direkt proportionell till muskelns tvärgenomskärningsarea, med andra ord till dess storlek. Då styrkan ökar, ökar storleken och tvärtom.

En individs uthållighet beror på andra faktorer såsom hjärtats kapacitet, blodkvaliteten, antalet kapillärer i musklerna etc. Det är lika omöjligt att bygga upp uthållighet genom tung viktlyftning med få upprepningar som att bygga upp styrka genom ett stort antal upprepningsövningar under litet motstånd. Detta innebär, att varje träningsprogram med sikte på en allsidig utveckling måste avbalanseras så, att det omfattar båda slagen av dessa övningar, så att både styrka och uthållighet utvecklas.

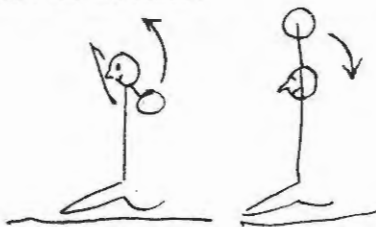
För att visa hur en given övning med en bestämd vikt kan användas vid alla tre formerna av sammandragning illustreras här nedan en övning, som vi kallar "armbågssträckaren". Den stärker triceps-muskeln.

Isometrisk kontraktion



armbågarna böjda i 90° vinkel
15 kilos vikt lyft hit och håll 6 sek. Återgå sedan och vila 6 sek. 20 repetitioner
Sitt på tårna, så att vristerna sträcks

Isotonisk kontraktion



Lyft och sänk en 15 kilos vikt 35—50 gånger i ett jämnt tempo på såväl upp- som nervägen. Vi känner att vi nästan har lika stor nytta av den nedåtgående rörelsen* som då vi lyfter vikten.

* Fysiologer har delat upp muskelspänning i tre olika former, nämligen:

1. Isotonisk spänning — eller spänning under der muskeln förkortas,
2. Isometrisk spänning och
3. Spänning under det muskeln uttänjes.

Genom att sänka vikten långsamt och med jämn hastighet utlöser denna rörelse den tredje formen av muskelspänning. Denna spänningsforms bidrag till uppbyggandet av styrka är säkert lika stort som de båda andra typernas.

Intermediär kontraktion

Utföres på samma sätt som den isotoniska övningen med den skillnaden att vikten lyftes långsamt under räkning till 10 sekunder och att den sänks ned under samma tid. 10 sekunders vila mellan övningarna. Övningen upprepas 5—10 gånger.

I alla våra övningar med vikter använder vi alla tre slagen av sammandragning. Vi håller fortfarande på att experimentera med olika tider för varje form av övning. Hittills har vi använt en tredjedel av den totala övningstiden för var och en av de tre övningsformerna.

Vi har också försökt olika tider för en sammandragning vid de isometriska övningarna. För närvarande använder vi sex sekunder för en sammandragning åtföljd av sex sekunders vila. Sammandragningarna upprepas 15—30 gånger. Vi använder oss även av 10 sekunders isometriska sammandragningar med endast 5 sekunders vila mellan varje kontraktion och antalet varierar från 5 till 20.

Alla våra intermediära sammandragningar har utförts under en tid av 5—10

sekunder. Samma tid användes för såväl lyftet som nedsänkningen. Viloperioden korresponderar med den tid, som använts för rörelsen. Antalet varierar från 5—15 gånger.

ARMÖVNINGAR

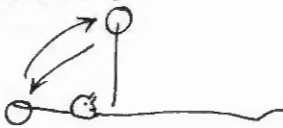
Tillsammans med "armbågssträckningen" använder vi oss även av rakarmslyftet i ryggsläge, så som detta redan beskrivits, för att utveckla "armdepressorerna". Denna sistnämnda övning utför vi med 15—25 kilos vikter.

Isometriska övningar



Lyft 2 tum och håll kvar
Behåll läget i 6 sek. Sänk därefter vikten till golvet och vila 6 sek. Övningen upprepas 15—30 gånger.
Variation: Lyft under 10 sek., vila 5 sek. Upprepa 5—15 gånger.
Håll ryggen utefter underlaget

Isotoniska övningar

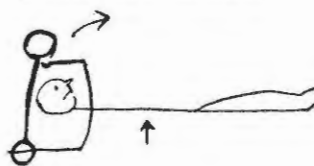


Stanna här och återvänd
15—40 kilos vikt, 20—150 upprepningar beroende på vikt och om övningen avser att utveckla styrka eller uthållighet.
Ryggen rak

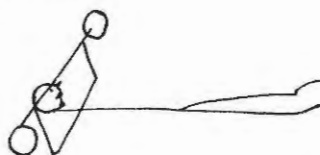
Intermediära övningar

Samma som de isotoniska, men lyften och nerläppen görs långsamt under vardera 10 sekunder och en vila av 10 sek. Upprepas 5—15 gånger.

Övningar för "armrotatorerna"



Ryggen rak



Stanna här och återvänd

Det är mycket viktigt för simmare att utveckla "armrotatorerna". Fatta skivstången med handflatorna uppåt. Armbågarna skall vila på underlaget i höjd med skuldrorna. Utan att lyfta armbågarna från underlaget och genom att rotera, vrida, överarmarna lyftes skivstången upp till dess underarmarna står vertikalt. Stanna rörelsen där och återgå till utgångsläget.

Använd alla tre formerna av kontraktioner på samma sätt som vid förut beskrivna övningar (vid den isometriska övningen lyftes t.ex. skivstången två tum från underlaget och hålls där i sex sekunder etc.).

Benövningar

För närvarande gör vi endast följande benövningar:

Hela knäböjningar i de isotoniska övningarna upprepade 30—100 gånger.

Halva knäböjningar med 20—25 kilos vikter i de intermediära kontraktionsövningarna och för våra isometriska övningar vad vi kallar "fjärdedelsknäböjningar" under vilka en person bäres på skuldrorna som en "brandmansbörda".

Isometrisk benövning — ¼ knäböjningar



sänk höfterna fyra tum och håll så i sex sekunder. Sträck sedan benen och vila 6 sekunder.
Upprepas 10—20 gånger.
hållarna upp

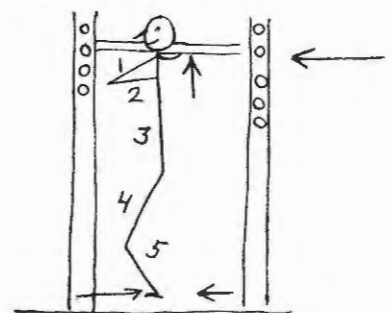
Hittills har vi icke haft några skadliga verkningar på knäna genom dessa övningar. Vi gör ovanstående övningar dagligen samtidigt som vi även använda oss av många andra och anser dem vara grundövningar.

Vi försöker att koncentrera oss på vad anatomerna kallar de primära rörelsemuskelnerna. Vi har funnit att om dessa tränas riktigt, så övas även de stabiliserande och neutraliserande musklerna på rätt sätt. Vi försöker att icke göra något för att utveckla de motverkande musklerna (antagonisterna) och undviker faktiskt övningar, som skulle kunna utveckla dem.

Speciella kombinationsövningar

Det är möjligt att utforma övningar, som isometriskt sammandrager flera muskelgrupper på samma gång. En sådan övning är nedanstående:

Isometrisk kontraktion mot en fast skulderbom



Fast stång placerad över nacken och skuldrorna. Händerna med handflatorna uppåt, skjut mot stängen.

Sträck knäna!

Stå på en bäng eller tjock bräda — skjut hållarna uppåt!

Forts. sid. 9

<p align="center">Uffes Bageri Arkadvägen 16 Johanneshov Tel. 49 16 02</p> <p align="center">Rekommenderas</p>	<p align="center">SIMMARE</p> <p align="center">Verktögsfilare får anställning med goda förtjänster M. T. Tool Tel. 28 01 11 Stockholm</p>
<p align="center">Anders-Olle AB Södra Långgatan 5 SOLNA</p> <p align="center">Plåtslageri — Smides och Mek. Verkstäder Tel. 82 15 40, 82 15 50, 27 80 70</p>	<p align="center">Bröderna Tengvall Mek. Verkstad</p> <p align="center">Axvällsvägen 52-58 - Johanneshov Tel. 59 45 20, 59 45 30</p>
<p align="center">Toppprodukter för Topprestationer</p> <p align="center">Hälsingeost och Hälsingemessmör från Södra Hälsinglands Mejeriförening BOLLNÄS Tel. 131 60</p>	<p align="center">EDSBYNS LASTBILCENTRAL</p> <p align="center">EDSBYNS Tel. 210 32, Förest. 204 94</p> <p align="center">Utför Transporter av alla slag</p>
<p align="center">CENTRUM DAMFRISERING</p> <p align="center">Odengatan 10 - BOLLNÄS - Tel. 107 06</p> <p align="center">Alltid de senaste nyheterna inom modern hårvård hos oss</p>	<p align="center">Årsbokföring Bokslut Boutredningar Fastighetsförmedling Försäkringar och Skrivelser av alla slag</p> <p align="center">Edsbyns Revisionsbyrå (Inneh. J. ANENS) Östergatan 2 - EDSBYN - Tel. 209 81</p>
<p align="center">Köp Edra Reservdelar till BILEN hos</p> <p align="center">Firma Harry Sjölander Norränge - ARBRÅ - Tel. 0278/404 21</p>	<p align="center">L'amour Konditori</p> <p align="center">Järnvägsgatan 6, BOLLNÄS, Tel. 137 18</p> <p align="center">Namnet som borgar för god kvalitet Sommarserveringen rekommenderas</p>
<p align="center">Gävle Bilservice</p> <p align="center">Koppartrans - Caltex - Bensin - Oljor - Tvätt Smörjning - Garage</p> <p align="center">Nygat. 2 B, Gävle. Bensinst. 118 45. Tvätt och smörjhallar 134 14</p>	<p align="center">Folkrelsernas Begravningsbyrå Begravningsföreningen</p> <p align="center">Gävle, Drottningg. 11, 205 32, 176 73 Sandviken, Köpmangatan 22, 545 36 - Skutskär 702 19</p>

Avlägg simborgarprov i Nordiska Folklandskampen

Den sjätte Nordiska Folklandskampen i simning har startat, då denna tidning lämnar tryckpressarna. Tävlingsstiden är nämligen 15 maj—15 september. Provet är liksom tidigare samma som vårt svenska simborgarprov d.v.s. sträcksim 200 meter.

Till årets tävling har Kung Gustaf VI Adolf uppställt en stor kungakanna och det är självfallet i svenskt intresse att priset stannar i Sverige. Men för att detta skall lyckas fordras en rekordstor mönstring i sommarens simborgarprov!

Sverige har tidigare vunnit två av de sex folklandskamperna. 1954 vann vi danske kungen Fredrik IX:s prispokal och 1957 finske presidenten Urho Kekkonens. Finland erövrade 1949 Gustav V:s pokal, Island tog 1951 Haakon VII:s pokal och Norge vann 1960 isländska presidenten Asgeirssonss pokal. På tur att segra står sålunda Danmark, men det blir säkerligen en hård match.

Vinnare i folklandskampen blir den nation som redovisar största procentuella ökningen av antalet prov i jämförelse med medelantalet prov redovisade vid de två senast genomförda folklandskamperna. Sverige redovisade 1957 exakt 235.205 prov och 1960 var siffran 204.315, varför det aktuella jämförelsetalet är 219.760. För Danmark är jämförelsetalet 30.967, För Finland 129.239, för Island 28.001, för Norge 48.619.

Två under 55 sek i Sao Paolobadet

Det blev naturligtvis stortider i de panamerikanska mästerskapen i Sao Paolo dit USA skickat hela sitt stjärnfall. 100-meterloppet blev lysande och en fight bröst vid bröst mellan två av dem som Per-Ola Lindberg slog i collegemästerskapen. Steve Clark vann med tiden 54,7 (lika med hans pers. rek.) medan Jackman blev tvåa på 54,8. Sedan var det ett hopp på 1,3 sek till bronsmannen kanadensaren Sherry. Amerikanske rygg-simmaren Bartsch satte personligt rekord med 1.01,5. Damernas 100-meterslopp bjöd inte på någon knalltid. Nya stjärnan Terri Stickles vann på 1.02,8 och slog klar Mary Stewart, Kanada. USA-trean Ellis hade "bara" 1.03,5. Se vidare "Resultatbörsen".

RF-kurs på Bosön

Följande simledare deltog i Riksidrättsförbundets ungdomsinstruktörskurs på Bosön den 6—11 maj:

Göran Arvidsson, Tingsryd, Elof Bryggare, Avesta, Ingvar Cronvald, Kiruna, Bo Engkvist, Grängesberg, Göran Gadd, Uddevalla, Olle Heintz, Karlstad, Lars-Börje Hellberg, Hudiksvall, Bengt Hult, Karlskoga, Folke Isaksson, Överkalix, Leif Jönsson, Trelleborg, Harry Lager, Upplands Väsby, Hilding Lindbäck, Luleå, Roy Ljungberg, Halmstad, Gilbert Mähl, Anderstorp, Jan Axel Persson, Landskrona, Göran Ponton, Trelleborg, Henry Ranner, Vittangi, Tore Svartengren, Stockholm, Knut Svensson, Halmstad, Lars-Kenneth Tonnerfolk, Nässjö, Ralf Tibratt, Anderstorp, Mikael Westlund, Karlstad, Axel Johansson, Vinslöv, Marianne Andersson, Kiruna, Bodil Ekdahl, Kristianstad, Gunilla Jaggevik, Malmövägen 56, Johanneshov, Gunnell Johansson, Varberg, Siv Olovsson, Varberg, Rigmor Olsen, Malmö, Maud Olsson, Vingåker, Inger Bränn, Vingåker, Christina Danielson, Vinslöv, Gertrud Johansson, Vinslöv.

SVENSKA SIMSERIEN

Redovisning 30/4

Div. I — Herrar

Stockholmspolisen	18.159
Göteborgs KK	16.804
Neptun	13.391
Upsala	15.394
HSS/Attack	12.560
S. 02	0

Div. I — Damer

Neptun	16.711
Malmö	16.000
Norrträlje SK	15.172
Najaden	14.520
Upsala	14.151
Göteborgs KK	10.392
S. 02	0

Div. II — Herrar

Katrineholms SS	9.808
Karlskoga	8.808
Malmö	8.000
Tunafors	7.905
Karlstad	7.048
Limhamn	6.344
Skövde	5.395

Div. II — Damer

Karlskoga	8.818
Stockholmspolisen	8.794
Limhamn	7.149
Karlstad	5.490

Div. III — Herrar

Mariestad	6.338
Norrträlje	5.870
Gävle	5.254
Karlskrona	5.205
Hellas	5.118
Kiruna	5.000
Visby IF	4.824
Trelleborg	4.670
Sundsvall	4.500
Hudiksvall	1.900
Vinslöv	369
Avesta	0
Iggesund	0
Laxen-Halmstad	0
Kristianstad	0
Varbergs SLS	0
Örebro	0
Munksund	0

Div. III — Damer

Gävle	7.276
Mariestad	5.361
Timrå	5.000
Karlskrona	4.354
Skövde	4.320
Luleå	4.000
HSS/Attack	3.569
Wisby SS	3.549
Katrineholms SS	3.787
Tunafors	3.269
IFK Stockholm	2.568
Hudiksvall	2.300
Vinslöv	474
Avesta	0
Iggesund	0
Kristianstad	0
Laxen-Halmstad	0
Varbergs SLS	0
Örebro	0

Örebroläger 28 juni—6 juli

Örebro får i år överta det traditionsrika "Eskilstunaläget" för lovande simmarungdom i åldern till och med 15 år. Träningssarena blir det nya Gustavsviksbadet med tempererat vatten, som garanterar daglig "hårdkörning", även om vädrets makter blir lika ogünstliga som de senaste åren. Örebrolägret kommer att pågå 28 juni—6 juli. Förbundet räknar med att kunna ta emot 30 ungdomar och 5—6 studerande instruktörer. Lägerchef blir liksom tidigare år Kalle "Badis" Andersson, Kiruna. Avgiften för deltagande i lägret är 100 kronor, men då blir också resorna helt fria för ungdomarna. De studerande instruktörerna betalar själva resorna men har i gengäld fritt uppehälle. Anmälningar till Örebrolägret skall vara Svenska Simförbundet till handa senast den 1 juni och till anmälningen skall fogas åldersuppgift och meritlista, upptagande bästa tider uppnådda detta år.

Ungdomsmästerskap

Örebroalliansen har fått förbundets uppdrag att som avslutning på årets Örebroläger arrangera ungdomsmästerskap i simning lördagen den 6 juli i Gustavsviksbadet, Örebro.

Berättigade att delta är alla flickor och pojkar i åldern 12—15 år, vilka inte vid officiell tävling underskridit följande tider:

100 m frisim	— fl. 1.10
	po. 1.05
100 m ryggs.	— fl. 1.22
	po. 1.12
200 bröst.	— fl. 3.10
	po. 2.55
100 m fjärils.	— fl. 1.22
	po. 1.12



EUROPAMASTAREN på 4x200 fritt i Leipzig, Neptunsimmaren Lars-Erik Bengtsson, tog den 27 april studenten i Norra Latin och bärs här i triumf av sina klubbkamrater Leif Wolmsten och Per-Olof Eriksson.



Bilägarnas Inköpsförening

Kontor, Rådhusorget 1 - ESKILSTUNA

Tel. 312 04, 313 00, 322 44

Bensinstation, Rådhusorget 1 — Tel. 312 04

Bensinstation och gummiverkstad, Västergatan 13

Tel. 425 81

Bensinstation, Västeråsvägen - Tel. 455 60

Bensinstation, Fröslunda - Tel. 310 78

Ger återbäring på allt till alla — Begär kundnummer

TUPPZ

Auktoriserad



Försäljare

UTSTÄLLNINGSHALLAR

Västeråsvägen 3 Telefon 471 10 Eskilstuna

Sörgårdsgatan 10 Telefon 124 47 Strängnäs

Fredsgatan 6 Telefon 111 90 Flen

Auktoriserade serviceverkstäder

MOTORTJÄNST ÄRLA BIL & MOTORVERKSTAD

Tel. 701 20 HÄLLEFORSNÄS Tel. 400 72

E Anderssons Bilverkstad Strängnäs Motorverkstad

N Kungsg 26 Flen Tel 102 40 Sörgårdsg 10 Tel 106 46

AB P. A. LARSSONS

Gjuteri och Aduceringsverk

Firman grundad 1889

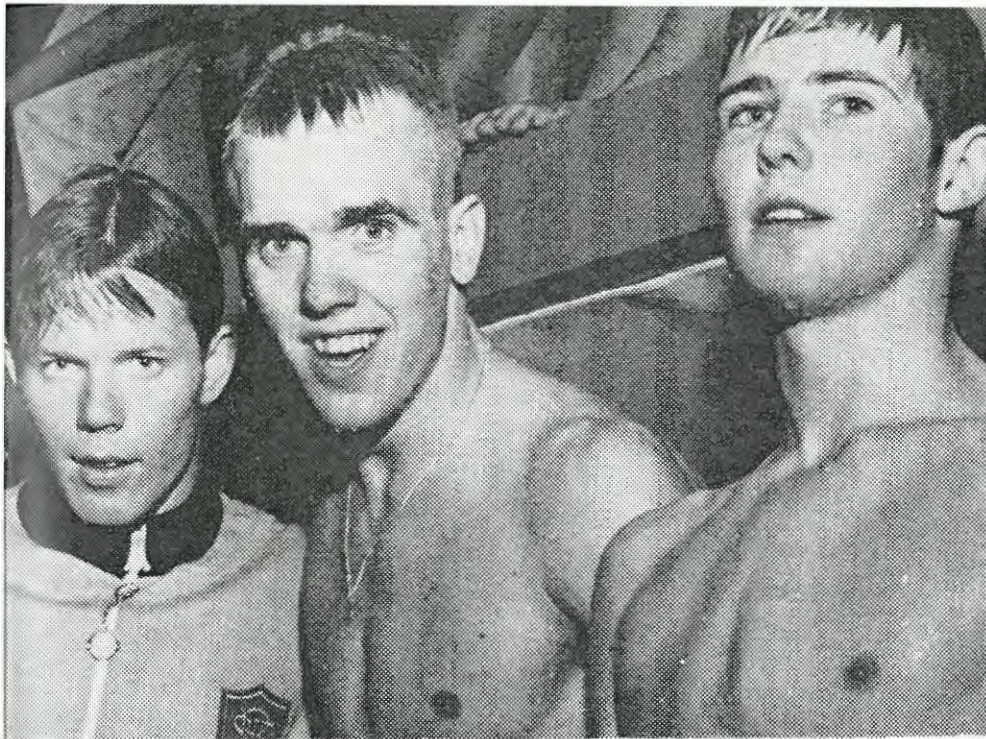
Kungsgatan 67 - ESKILSTUNA - Tel. växel 378 40

TILLVERKAR:

Aducerat gjutgods - Grågods - Stålgjutgods

Hårdjárn - Kättingar

HÖGSTA KVALITÉER



Toppmän i Karlstads Solstadskilometer: fr.v. Lars Westergren, Jan Lundin och Ulf Lönnér.

DUBBELT POLISEN I KARLSTAD PELLE JERNBERG GJORDE 1.01.6

Polisen dominerade som väntat Karlstads "Solstadskilometer" den 28/4. Det blev t.o.m. dubbelt för Polisen i topp, med andralaget som segrare och med Värmland på tredje plats före Mariestad. Loppet går efter holländsk idé med poängberäkning efter antal använda sekunder på de olika sträckorna och distanserna. Vi skall ge ett exempel för att klarlägga bakgrunden till Polisens seger-summa 6.481.

Så här räknas den fram:

100 ry: Paleski 1.10,6 = 70,6 sek =

706 poäng + 200 br: Arne Kristiansson 2.43,6 = 1636 p + 100 fj: Tommy Jurdell 1.04,0 = 640 p. + 200 fr: Lars Westergren 2.14,8 = 1348 p + 4×100 medley 4.29,1 = 2691 p = 6.481 poäng.

Individuellt gjorde Pelle Jernberg ett nytt imponerande lopp på 100 fjärl med 1.01,6 och Jan Lundin dominerade naturligtvis 200 fr med 2.06. Se vidare "Resultatbörser".

Tävlingarna blev både spännande och bra, men ekonomiskt tyvärr ett bakslag. Endast ett 50-tal åskådare fanns i hallen.

RM och SM i Båstad 17-18 juli

Båstad kommer i år att debutera som SM-ort för simmarna. Noga bestämt den 17—18 juli.

Onsdagen den 17/7 äger SM på 1500 meter frisim för herrar och det nyinstiftade riksmästerskapet (RM) på 400 meter bröstsim för herrar och damer rum i Malens 50-metersbassäng. Start kl. 19.00. Ev. C-heat på 1500 m kommer dock att äga rum kl. 15.00.

Torsdagen den 18/7 äger SM i livräddning, herrar och damer, rum i Hemmes-

lövs herrgårdspensionats 50-metersbassäng med start kl.19.00. Livräddningstävlingarna kommer att genomföras på en distans av 200 meter, d.v.s. med 150 m simning och 50 m ilandföring.

S.k. SM-resor utgår även i RM-tävlingarna.

Rumsbeställningar skall göras senast 10 juni till Birger Buhre, Limhamnsvägen 10 C, Malmö.

Tävlingsanmälningar skall göras till Svenska Simförbundet senast den 10 juli.

SAXAT:

Natursnabb...

Icke särskilt simsportintierade frågar sig säkert och inte utan fog: Vem är egentligen Nils Wahlberg, som på näst sista sträckan i Sthlms 20-mannasimningar forcerade sin 50-metersträcka på fenomenala 24,5, hämtande upp drygt metern på OS-kandidaten Lars-Erik Bengtsson, Neptun, därmed säkryande Polisens sensationella slutseger? Wahlbergs tid är 4 tiondelar bättre än vad sprinterstjärnan framför andra, Per-Ola Lindberg, någonsin presterat i 20-manna (24,9 1961).

En sak är man ense om i såväl Polisen som i Neptun: att Nisse Wahlberg, som är 19 år, kommer från Karlskoga, går på Lillsveds gymnastikhögskola och fr. o. m. i fjor tävlar för Polisen, fick en sällsynt fullträff så till den milda grad att han sänkte sitt personrekord på de 50 fritt från 26 blankt till de sensationella 24,5.

Framtiden får väl utvisa om den i onsdags praktiskttagande 19-åringen kommer att stanna på "50-metersstadiet" eller längre fram kan bli en verklig toppman även på 100 fritt.

I sammanhanget får man emellertid ta hänsyn till att lagkappsimningar med flygande start är en sak och 50-meterssimningar med stående start en helt annan. 50 meter fritt förekommer för övrigt ej längre på SM-programmet, men det inofficiella svenska rekordet från SM 1956 lyder på 25,3, noterat av Göran "Rotborsten" Larsson.

Utän att förringa Wahlbergs granna onsdagsinsats anser man på experthåll att han hade turen att komma på precis "rätt väg" när han kastade sig i vattnet drygt metern bakom Lar-Erik Bengtsson. Det har nämligen vid flera tidigare lagkapptävlingar visat sig att en simmare som lyckas kasta sig i vattnet så att han hamnar precis på den väg i vågbildningen bakom den ledande som "drar fram" honom, så får han en viss gratis skjuts på det viset.

Till sist: högst inofficiellt i en familjelagkapp, men med ordentlig tidtagning eftersom det var flera simexperter och rutinerade funktionärer närvarande, simmade Per-Olof Ohlsson, 40-talets svenske stjärnsprinter, en gång de 50 meterna med flygande start på 23,9...

"JERKER" i SvD.

Europacup i hopp

Östtyska Simförbundet har inbjudit till den första Europacupen i simhopp i Leipzig den 27—28 juli. Man får starta med två deltagare i varje gren.

Nordisk konferens

Den 29—30 juni blir det en nordisk hoppkonferens i Köpenhamn med svenskt deltagande.

DRÖMRESA KLAR: FÖR-OS I TOKIO

Simförbundet har fått klarsignal beträffande förolympiaden i Tokio. En inbjudan till tävlingar 12—14 oktober kom sista dagen i april. Man inbjuder "a few swimmers" från Sverige och bjuder på resa, mat och logi. Hela europeiska, amerikanska och australiska eliten skall få möta Japan i OS-bassängen.

Hopp i Rostock

Fyra svenska hoppare skall starta i en internationell hopp tävling i Rostock den 25—26 maj. Det blir: Karin Cewe-Ohman, Margareta Seblin, Christer Sandstedt och Jan Engwall.

ESKILSTUNA FÖRNICKLINGSFABRIK

R. CARLSSON
Tel. Eskilstuna 501 90

Förnickling - Förkromning

Förzinkning - Kadmiering

Eloxering - Färgning

Specialité:

Tekn. Hårdförkromning

Eskilstuna Betong Fabriks AB

ESKILSTUNA - Tel. 390 75, 452 06

*

Levererar betong

för all byggnation

SKOGSTORPS MOTORVERKSTAD

C. Detlov Olsson
Telefon 016/250 03 - SKOGSTORP

*

Alla förekommande reparationer i branschen

AB E. B. Ö:s Metallgjuteri

Tel. 319 37 - ESKILSTUNA - Tel. 394 97

Aluminiumgjutgoods

Specialité:

Kokillgjutning - Pressgjutning



SIMSPTS RESULTATBÖRS



Karlsruhe

20—21/4 (25 m) Landskamp Västlyskland—Italien 122—116. Herrar: 100 fr: Loeffler, Vt 55,6 Boracci, H. 57,4. 400 fr: Orland, H. 4,31,0. Gregorio, T. 4,32,6 Kremer, Vt 4,33,5. 800 fr: Gregorio, H. 9,30,6 Orlando, H. 9,32,2. 200 ry: Koppers, Vt. 2,17,4 Della Savia, H. 2,20,7. 200 br: Roos, Vt. 2,34,8. Froeschien, Vt. 2,37,8. 200 fj: Freitag, Vt. 2,16,6 (västly. rek) Rastrelli, H. 2,16,7. 400 medley: Rosi, H. 5,02,7. Freitag, Vt. 5,03,5. 4×100 fr: Italien 3,49,3. Västlyskland 3,50,6 4×100 medley: Västlyskland 4,11,4 Italien 4,16,4. 4×200 fr: Italien 8,28,0 Västlyskland 8,37,4. Damer: 100 fr: Saini, H. 1,04,5. Dick, Vt. 1,04,5. (I ett solslapp gjorde Ursel Brunner 1,03,6 — västlysk rekord). 400 fr: Brunner, Vt. 4,54,5. Heffling, Vt. 5,12,5. 100 ry: Schulze, Vt. 1,14,6. 200 br: Urselmann, Vt. 2,46,3. Kraus Vt 3,00,2. 100 fj: Husted, Vt. 1,10,7 (västly. rek). Noventa, H. 1,14,5. 4×100 medley: Västlyskland 4,55,5. 4×100 fr: Italien 4,21,3. Västlyskland 4,23,1 (västly. rek).

Warszawa

21/4 (50 m). Herrar 100 fr: Gomuła, Polen 57,7.

Auckland

17/4 (55 y) Damer: 220 y fr: Shirley Nicholson 2,22,8 440 y fr: Shirley Nicholson 5,00,3. Bägge noteringarna är nyzealändska rekord.

Stockholm

28/4. Åkeshovsbadet: SM i svikt-Herrar 100 ry: Hans Ljungberg, Solvik 1,09,2. 100 fj: Olle Axling, Djursholm 1,09,2. Damer 100 fr: Ingrid Nilsson, SKK 1,08,2.

Motala

28/4 (25 m). Trestadsmatch. 1. Norrköping 69. 2. Linköping 57. 3. Motala 54. Herrar: 100 fr: Olle Ferm, N. 1,01,0. 100 ry: Olle Ferm, N. 1,09,0. 100 br: L. E. Larsson, N. 1,20,0. Damer: 100 fr: Agnete Hellqvist, M. 1,12,8. 100 ry: Margareta Brask, N. 1,26,6. 100 br: Els-Marie Härberg, L. 1,26,2.

Borås

28/4. Skalsim. Pojkar: Frisim: Kl. 5: R. Hämäläinen 18,0. Kl. 6: Hans Andersson 38,9. Kl. 7: Rager Alm-gren 47,2. Kl. 8: Lennart Westberg 38,6. Flickor: Kl. 5 Irene Karlsson 21,7. Kl. 6: Ann-Kerstin Andersson 36,7. Kl. 7: Margareta Rapp 38,8.

Sundbyberg

28/4. Salmhallen (25 m). Jubileumsförel. Herrar: 200 fr: Sven von Holst, Djursholm 2,11,9. 200 br: Christer Junefelt, Jönköping 2,46,8. Damer: 100 fr: Ann-Christine Högberg 1,02,9. 100 fj: Karin Stenbäck 1,11,0. Pojkar: Frisim: f. -49: 100 m: Bo Westergren, Polisen 1,05,1. f. -50: 50 m: Bo Westergren 30,2. f. -52: Lars Englund, Polisen 38,1. Bröstsim: f. -48: 200 m: Hans Gustavsson, Sundbyberg 3,03,1. f. -51: Anders Holme, Djursholm 46,0. Flickor: frisim, f. -52: Eva Nilsson, Neptun 34,8. Ryggsim: f. -49: Birgitta Haagman, Uppsala 1,15,8. Bröstsim: f. -48: 200 m: Eva Jäderqvist, Norrtälje 3,11,7. Fjörilsim: f. -51: 50 m: Pia Högberg, Norrtälje 42,5.

Luleå

17—18/3 (25 m). Norrbotten-Nordfinland 100—55, Herror: 100 fr: Jan

Lundmark, Nb 58,4. 400 fr: Jan Lundmark 4,49,8 Åke Forslund, Nb 4,57,4. 200 fj: Lars Rekko, Nb 2,40,0. 200 ry: Åke Forslund, Nb 2,31,1. 200 br: Sven Engelbrektsson, Nb 2,47,5. Svikt: Kykyri, Nf 44,95. 4×200 fr: Norrbotten 9,09,0. Nordfinland 9,41,5. 4×100 medley: Norrbotten 4,35,0. Nordfinland 4,48,4. Damer: 100 fr: Birgit Öberg, Nb 1,08,6. 400 fr: Liisa Marjamaa, Nf 5,36,8. 200 br: Margareta Johansson, Nb 3,06,5. 100 ry: Barbro Steding, Nb 1,18,3. 100 fj: Anne Zedig, Nb 1,21,6. 4×100 fr: Norrbotten 4,42,5. Nordfinland 5,01,2. 4×100 medley: Norrbotten 5,19,3. Nordfinland 5,44,1.

Sao Paulo:

27/4—1/5: (50 m). Panamerikanska mäst: Herrar: 100 fr: Steve Clark, USA 54,7. Steve Jackman, USA 54,8. Dan Sherry, Kanada 56,1. John Gilchrist, Kanada 56,5. 100 ry: E. Bartsch, USA 1,01,5. C. Billick, d:o 1,02,1. Oliveira, Bras. 1,03,2. 200 br: Chef Jastrzemski, USA 2,35,4. K. Morton, USA 2,38,4. J. G. Kelsa, Kanada 2,41,4. 200 fj: Carl Robie, USA 2,11,3. F. Schmidt, USA 2,13,3. Nicoloo, Arg. 2,16,1. Svikt: Th. Dinsley, Kanada 154,40. R. Gibber, USA 154,17. 400 fr: Ray Soari, USA 4,19,2. Don Schallander, USA 4,23,3. J. Gilchrist, Kanada 4,29,1. 1500 fr: Roy Soari, USA 17,26,2. J. Gilchrist, Kanada 17,58,9. R. Hutton, Kanada 18,08,6. Bill Farley, USA 18,30,4. 4×100 medley: USA 4,05,6 (Mc Geagh, Craig, Richardson, Kirby) Argentina 4,17,3. Kanada 4,17,5. 4×200 fr: USA 8,16,9. Kanada 8,33,0. Brasilien 8,41,4. Höga hopp:

Webster, USA 164,2 Gaxiola, Mexico 158,97 Capilla, d:o 139,56.

Damer: 100 fr: Terri Stickle, USA 1,02,8. Mary Stewart, Kanada 1,03,3. Kathy Ellis, USA 1,03,5. M. Sevigny, Kanada 1,06,2. 200 br: A. Brisco, USA 2,56,2. R. Windle, USA 2,57,7. M. Wilkink, Kanada 3,03,0. 4×100 medley: USA 4,49,1 (På 100 ry hade Duenkel 1,10,8). Kanada 4,52,5. Venezuela 5,11,8. Svikt: B. McAlister, USA 144,0. J. Steward, Kanada 135,13. 200 fr: Robyn Johnson, USA 2,17,5. Terri Stickle 2,18,4. Pamfret, Kanada 2,28,4. 400 fr: Sharon Finneran, USA 4,52,7. Robyn Johnson, USA 4,56,1. Pamfret, Kanada 5,20,4. 100 ry: Nina Harmar, USA 1,11,5. Colly Ferguson, USA 1,13,1. E. Weir, Kanada 1,14,5. 4×100 fr: USA 4,15,7. Kanada 4,31,7. Brasilien 4,34,3. Konstsim: Armstrang, USA. Lag: USA.

Eindhoven

28/4 (25 m) Damer 100 fj: Lesterie, Holl. 1,12,5. 200 br: Heukels, Holl. 2,48,2.

Magdeburg

27—28/4 (50 m). Herrar 100 fr: Frank Wiegand, Østly. 56,0. Paramonov, Sovjet 56,8.

Västlyskland

April (25 m). Ungd. mäst: Herror: 100 fr: Freitag 58,1. Schieller 58,2. 400 fr: Kirsche 4,34,1. Freitag 4,34,1. 100 fj: Freitag 1,03,3. 100 ry: Höller 1,07,3. 200 fj: Freitag 2,17,5. 200 br: Fröscher 2,40,2. Damer: 100 fr: Karger 1,04,8. 100 fj: Husted 1,10,0. 200 br: Schulze 2,55,5.

Nya mästare — Studsmatta Christers hemliga vapen

Årets inomhus-SM på 3 meter i Åkeshovsbadet den 28 april bjöd på verkliga överraskningar i både herr- och damklassen. Titelförsvaren Margareta Sehlin och Jan Engwall blev mot alla tips klart distanserade, och de som rubbade cirkelarna var fjolårstreorna Karin Céwe-Öhman och Christer Sandstedt.

I herrarnas uppgörelse väntades Jan "Lillen" Engwall ta hem en promenadsger före halvtränade Toivo Öhman och helt otränade Christer Sandstedt, men flygvapnets beslut att lägga in studsmatta i undervisningen blev Lillens öde. Christer har på grund av fältflygarutbildning i Ljungbyhed inte haft tillfälle till någon sviktträning alls sedan nyår. I stället har han ägnat sig desto mera åt träning på studsmatta, ett redskap som han behärskar virtuost och troligen bäst i Sverige. Denna träning i förening med en fantastisk koncentrationsförmåga gav honom hans andra SM-titel med hela 9 poängs marginal och på förnämliga slutpoängen 130,26. Utan tvekan en av de märkligaste prestationerna inom svensk simhoppning genom åren.

En s.k. black out borde rimligen drabba en flygare som Christer men det blev i stället Jan Engwall som råkade ut för det. Sedan Christer oförmodat ledde med 86,42 poäng mot 83,34 efter I:a avdelningen, gick ridån ned i första finalhoppet för den av favoritskap tyngde Lillen. Han kapitalmissade sitt enklaste och säkraste hopp, 1½ volt framåt med 1 skruv, och förstörde därmed en eljest fin serie. Utan den missen hade utgången

blivit mycket oviss, och Lillen hade i varje fall nått en slutpoäng, som varit mera rättvisande för hans nuvarande form än 121,84.

Toivo Öhman hade som väntat ingenting att sätta emot med sin minimala träning. Han fick nöja sig med bronsmedaljen på 116,99 poäng efter att ha hamnat platt på rygg i inledningshoppet, rakt huvudhopp framåt.

10 man startade, varav Tord Andersson utom tävlan på grund av en förgärlig anmälningsmiss av MS-sekreteraren. Tord hade annars blivit fjärde man med sina 113,46. Bland de utslagna märktes tränarna från Västerås och Gävle, Ingvar Sommarström och Sigvard Trybom, som insett att man aldrig blir fullgod instruktör utan att själv ha nosat på tävlingsleken.

I damtävlingen kunde Karin Céwe-Öhman efter sex tidigare andraplacingar nu äntligen lägga en SM-titel till sina tre landskampssegrar. En välförtjänt belöning för en sällsynt träningsflit. Karins hoppning var varken bättre eller sämre än normalt, men det besannades än en gång att jämnheten är en minst lika viktig egenskap som förmågan att notera toppoäng på enstaka hopp.

Karin slutade på 110,02, vilket betydde att hon hela 8 poäng till godo på fjolårsmästarinna Margareta Sehlin. Lilla "Stuvbiten" måste ju ha rätt att förlora någon gång också efter sitt rekordartade genombrott förra året, som gav henne tre raka svikt-titlar. Hon kommer säkerligen igen, inte minst sedan

Karlskoga nu snart får sin efterlängade Duraflex-svikt.

En som kanske överraskade ännu mer än Karin var Kappis' pånyttfödda Christina Dahl, som i vinter gjort en finfin come-back. Hon har gått upp en hel klass sedan hon tävlade under flicknamnet Hellgren och var nu ytterst nära att ta silvret. "Kicki" höll andraplatsen till sista hoppet, då Margareta med dagens högsta poäng, 13,57 på Tyska med 1½ i pik, gick förbi med så knapp marginal som 1,02 poäng.

Ambitiösa SKK-flickan Lena Sjöström hade en otursdag och presterade minst 20 poäng sämre än normalt men hade inga problem att hålla undan för de övriga av de 8 startande flickorna, av vilka man främst fäste sig vid Uppsalas idealiskt byggda Ingegerd Witt.

Svikt hopp, herrar: 1. Christer Sandstedt, SKK 130,26. 2. Jan Engwall, Hel-las 121,84. 3. Toivo Öhman, SKK 116,99. 4. Ove Waernborg, US 104,73. 5. Per Diehl, Karlskoga SS 92,38. 6. Gösta Lagström, Elfsborg 79,21.

Utslagna: 7. Lennart Möllersten, SKK 55,69. 8. Ingvar Sommarström, Västerås SS 54,28. 9. Sigvard Trybom, Gävle SS 40,48.

Svikt hopp, damer: 1. Karin Céwe-Öhman, Neptun 110,02. 2. Margareta Sehlin, Karlskoga SS 102,32. 3. Christina Dahl, SKK 101,30. 4. Lena Sjöström, SKK 78,01. 5. Brita Örnulf, SKK 66,87. 6. Ingegerd Witt, US 63,24.

Utslagna: 7. Charlotte Mattsson, US 37,90. 8. Agneta Cato, MS 35,94.

KONDI TORI CENTRUM

rekommenderar sina fillverkningar av

Tårter, Bakelser, Småbröd samt Wiener-,
Vete- och Matbröd. Servering av gott kaffe,
thé, choklad, mjölk och smörgåsar.

Mjukglass.
Klubberum.

Brödbest. till bröllop, begravningar och fester
emottages tocksamt.

Telefon 202 77, EDSBYN 1

R. WIKLUND

Elektromekanisk Verkstad

SÄVERSTA — Tel. Bollnäs 113 77

Utför Omlindningar o. Reparationer av
elektr. motorer

Bodins Bageri

S. Kungsgatan 13, GÄVLE

Tel. Affär 238 57, Bageri 281 28

Allt i brödväg

GÄVLE FÖRNICKLINGSFABRIK

Fjällbacksgatan 43 - Tel. Gävle 026/282 53

UTFÖR:

Förkoppring, Förnickling, Förkromning,
Kadmiering, Elförzinkning, Trumförnickling,
Trumförzinkning

Slipning och polering av alla slags metaller



**NYA OCH BEG. BILAR
RESERVDELAR OCH TILLBEHÖR**

FÖRSLUNDS
motor aktiebolag

S. Kungsgatan 61-68, GÄVLE
Gävlevägen 88, SANDVIKEN



KARL HJ. JANSSON

Konsulterande ingenjör

S:a Stapeltorgsgatan 16 B, Gävle

Telefon 175 70, 175 71

Hus-, Bro- och Industriprojektering

Konstruktioner — Grundundersökning

Besiktning — Kontroll

Välkomna till

Grill Pigalle

den populära baren på Söder

GRILL — BAR — CAFETERIA

Goda parkeringsmöjligheter

S. Kungsgatan 32 Tel. 240 44

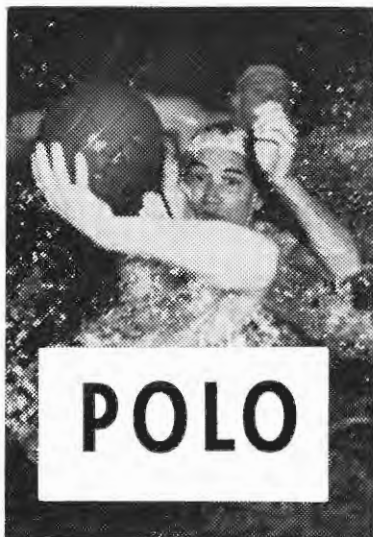
GÄVLE

MEJERIFÖRENINGENS GRÄDDGLASS



Jättegott — Hälsosamt

Finns på Strömbadet



Information från PK

PK har för arbetsåret fått följande sammansättning:

Ordförande: Charles Solldin
 Sekreterare: Bengt Kjellvall
 Övriga ledamöter: Berndt Holm
 Martin Sundén
 Fritjof Sjö

Div. I utomhus spelas enligt tidigare fastställt och publicerat program. Domare kommer att uttagas snarast.

Div. II utomhus har samlat sex lag och spelordning kommer att utsändas.

Div. I och II inomhus spelas hösten 1963/våren 1964 i geografiskt indelade grupper enligt beslut av årsmötet.

Besked härom och lottad spelordning kommer att utsändas snarast efter 30.6. Före detta darum skall klubbarna inge sin anmälan om de önska deltaga eller ej. I samband med serieverksamheten vill slutligen PK erinra om att distrikten själva skall anordna Div. II-serier. Ingenting hindrar att flera distrikt går samman ex. som fallet är med Dalarna/Gästrikland.

De klubbar som efter genomförda Div. III-serier vill deltaga i kvalificering till Div. II torde anmäla sig till PK, som då kommer att genomföra kvalspel.

För de klubbar, som håller sig med tränare finns möjlighet att erhålla instruktionsbidrag. Beslut härom fattas dock ej förrän i slutet av november detta år. Klubbarna har att sända in uppgifter före 31.10 om vem som lett träningen och ange dess art och omfattning.

PK ser gärna att pololedarna i klubbarna helst skriftligen delger kommittén sina synpunkter och önskemål. Detta skulle underlätta PK:s arbete väsentligt framför allt vid planeringen av serierna. De klubbledare som för underhandlingar om utbyte med utländska lag ombedes i god tid före informera PK och kansliet i och för undvikande av tidsmässiga kollisioner. På förekommen anledning erinras klubbarna även om att sanktion måste beviljas av Simförbundet.

Landslagskandidaterna i polo som numera äro indelade i tre grupper A, B och C har under perioden januari—april tränat mycket intensivt vid sammandragningar i Eskilstuna och Stockholm under ledning av Arne Jutner. Så snart Eriksdalsbadet öppnar kommer träningen att förläggas dit.

Landskampsprogrammet är följande:
 1—2 juni i Eriksdalsbadet, Sverige—Frankrike.

19—23 juni i Leipzig: Turnering med deltagande av de bästa lagen i Europa.
 20—21 juli i Köpenhamn. Nordiska Mästerskap.

Underhandlingar pågår om ett ungdomskt polobesök i Sverige i slutet av juni med returbesök i Ungern.

Någon landskamp under hösten är ej utlagd. Beroende av sommarens resultat hoppas PK emellertid kunna finna en lämplig uppgift för landslaget även på senhösten.

Under vår rubrik "Information från PK" tänker vi även informera om och diskutera regler och regeltolkningar samt i övrigt alla frågor av intresse. Och vi ser gärna — som vi redan framhållit — att alla polointresserade använder sig av denna spalt som forum för sina synpunkter och förslag.

Landskamp mot Frankrike

Det lackar mot en högtidsstund för de polointresserade. Den 1—2 juni kommer Frankrike till två landskamper i Eriksdalsbadet och det blir nog så intressanta matcher, bl.a. mot bakgrunden av det revanschbegär som fransmännen — och även delvis svenskarna kan tänkas hysa. Sverige fick komma med till EM i Leipzig i fjol tack vare en seger över Frankrike. Vi vann den ena matchen — Frankrike den andra.

I Eriksdalsbadet blir det kanske tydligare avgjort vilken av nationerna som är bäst i polo...?!

Västerås tog JSM

Resultat från 1. omgången

Grupp 1: 21/4 Tunafors—Hellas 10—1
 Grupp 2: 16/4 Sirius—Västerås 0—30
 17/4 SKK—Sirius 10—3, 19/4 Västerås—SKK 16—2

Grupp 3: 9/4 Nässjö—Jönköping 2—5,
 19/4 S 02—Nässjö 4—7, 20/4 Jönköping—S 02 19—0.

Grupp 4: 18/4 Trelleborg—Ran 1—3

2:a omgången

Grupp 1 i Västerås:
 Tunafors—SKK 8—6, Västerås—Hellas 13—6, SKK—Hellas 6—3, Västerås—Tunafors 7—6.

Grupp 2 i Jönköping:
 Jönköping—Trelleborg 5—5, Nässjö—Ran 2—7, Nässjö—Trelleborg 2—8, Jönköping—Ran 4—5.

Finalomgången i Malmö den 4—5 maj:

Trelleborg—Västerås 1—15 (0—3, 0—4, 1—5, 0—3), Ran—Tunafors 1—6 (0—2, 0—2, 0—2, 1—0), Trelleborg—Tunafors 3—12 (0—1, 0—1, 3—4, 0—6), Ran—Västerås 1—16 (0—4, 0—4, 1—2, 0—6), Ran—Trelleborg 4—2 (1—0, 0—0, 2—0, 1—2), Västerås—Tunafors 9—4 (3—2, 0—2, 2—0, 4—0).

Västerås SS	3	3	0	0	40—6	6
Tunafors SK	3	2	0	1	22—13	4
SK Ran	3	1	0	2	6—24	2
Trelleborgs SS	3	0	0	3	6—31	0

Västerås mästare var: Bo Kindblom, Sten Jansson, Ronny Karlsson, Jan Olov Fahlén, Tommy Sjöstrand, Stig Åke Wallin, Björn Jansson, Kent Nordin, Bo Fröjdman, Lars Göran Engberg.

Skytteligan för hela JSM-turneringen toppas av fyra västeråsare nämligen S Å Wallin 28, J. O. Fahlén, Sten Jansson och T. Sjöstrand 22 mål.



SISTA PUTSEN PÅ ÖREBROS SEXMILJONERSANLÄGGNING, GUSTAVSVIKSBADET. JOBBARNA GÖR KLART FÖR RÖDA MATTAN ÅT AUSTRALIERNÄ.

<p style="text-align: center;">Firma SCHEJAMASSA Golvbeläggning</p> <p style="text-align: center;">Kungsgatan 29 Stockholm C Tel. 11 40 82</p>	<p style="text-align: center;">MODINTRYCK AB</p> <p style="text-align: center;">S:t Eriksgatan 13 Stockholm K Tel. 53 11 51</p>
<p style="text-align: center;">Välkommen till E. Bengtssons Blomsterhandel Östermalms Saluhall 73—74 Stockholm Ö Tel. 60 49 33</p>	<p style="text-align: center;">Westlins Modell- o Snickerifabrik Hagavägen 56, Stockholm Va. Telefon 33 92 73</p> <p style="text-align: center;">Inredningar och Utställningar</p>
<p style="text-align: center;">Djurgårdsbageriet</p> <p style="text-align: center;">Bredagatan 2 Stockholm No Tel. 60 81 91</p>	<p style="text-align: center;">Hotell Solid</p> <p style="text-align: center;">Drottningg. 27 Stockholm C Tel. 20 37 28</p>
<p style="text-align: center;">Åke Sjöberg & Co AB</p> <p style="text-align: center;">Hötorgshallen 1—10 Stockholm C Tel. 21 17 61</p>	<p style="text-align: center;">Snabbtjänst Expressbyrå Tulegatan 19, Stockholm Va - Tel. 30 90 74</p> <p style="text-align: center;">Vi bär Edra bördor och utför alla slags transporter Firmakörningar — Flyttningar</p>
<p style="text-align: center;">Lundins Väskservice Eftr.</p> <p style="text-align: center;">Linnégat. 5 Stockholm Ö Tel. 61 15 58</p>	<p style="text-align: center;">Firma N. A. G. Nilsson Korv & Glass Bryggarg. 6 A Stockholm C Tel. 12 05 19</p> <p style="text-align: center;">GB Glace — Förstklassiga korvar</p>
<p style="text-align: center;">Simmare Ni vet att Ni alltid ör välkommen till</p> <p style="text-align: center;">GORDONS BILRADIO</p> <p style="text-align: center;">Vi avhjälpur alla Edra bekymmer med Eder bilradio, samt säljer de ledande märkena Philips och Blaupunkt</p>	<p style="text-align: center;">BETALD ANNONSPLATS</p>



SIMSPORTS RESULTATBÖRS



Stockholm

24/3. Forsgrenska Badet (25 m) 20-manna:

1) Polisen 9.00,3

B Östlund 28.1, L Westergren 26.5, K Viberg 28.5, H Wahlund 27.6, T Lindström 27.8, R Svensson 27.4, P Lindström 28.4, L Ölund 27.6, G Åberg 27.0, B Svensson 26.8, S Olsson 26.9, J Stinesen 26.9, L R Ritner 27.3, R Romell 26.7, O Jeising 26.5, L Brock 27.0, H Bengtsson 27.2, T Jurdell 25.9, N Wohlberg 24.5, J Lundin 25.3.

2) SKK 9.21,3

L Fjårrstad 28.3, B Berglund 27.9, T Fjårrstad 27.0, J Carles 27.5, J Gustavsson 29.0, M Walldén 28.5, B Kask 27.9, K Persson 27.0, B Malmén 28.3, L Engström 27.0, K Odehammer 28.8, H Eriksson 25.9, B Bentzer 28.3, K Hansson 27.8, B Pernold 27.5, E Ingelsson 27.9, B Amnell 28.9, U Nordstrand 29.0, B Uhlén 28.9, D Fristedt 28.9.

3) Hellas 9.25,7

J Engvall 29.2, B Jutner 29.1, B Fröstad 29.5, L Generyd 29.0, B Andersson 29.0, G Öhlin 28.7, R Runfast 28.7, L Axelsson 29.6, J Elvin 29.5, B E Andersson 28.5, B Branelius 27.9, H Stormark 28.4, B Ericsson 28.4, H Liljedahl 28.3, S Nilsson 28.4, O Burebo 27.1, L G Wahlund 27.5, U Möller 26.7, R Jansson 26.9, R Svensson 26.2.

4) Djursholm 10.00,1

O Axling 27.3, S von Holst 27.3, M Zühr 29.1, C G Bergström 29.9, C Sylwén 29.9, K Bergström 29.0, S Engellsson 28.9, H von Holst 30.8, G Zachrisson 29.9, B M Dillner 30.6, H Thofeldt 31.0, B Wehlén 29.6, R Fägersten 30.5, P Åkerlund 32.8, J Dahlberg 31.6, R Robertsson 32.5, A Holme 31.5, P Heijkenskiöld 32.7, P Wehlén 30.8.

Neptun 9.00,3 diskv.

B Fridmark 27.5, T Thunell 27.8, Ch Hörnfeldt 27.9, T Synnerholm 27.8, U Jonsson 27.6, L Sjöblom 27.5, P Keding 28.0, B Sjöberg 27.5, P Bergengren 26.3, Ch Sandö 28.0, R Gustafsson 27.0, R Junerfeldt 25.9, L Hennix 26.1, K König 27.0, L Wolmsten 26.9, P O Eriksson 25.8, L E Bengtsson 25.2, B Nordwall 25.3.

Domer: 100 fr: A C Hagberg 1.03,3, Karin Stenbäck 1.03,7, Ulla Jacobsson 1.06,9. Pajkar (52) 50 fr: Lennart Andersson, SKK 36,9. Pajkar (49) 100 fr: Christer Delång, Polisen 1.05,1, Bo Westergren, Polisen 1.05,4, 4x50 medley: Polisen 1.58,0. DM-polo: Hellas—SKK 6—5 (1—3, 2—1, 2—1, 1—0).

Karlstad

28/4. (25 m). Solsjadskilometern. Slutresultat 1. Polisen II, 6.481 poäng, 2. Polisen I, 6.507, 3. Värmland 6.680, 4. Mariestad 6.725, 5. Vika IL, Oslo, 6.807, 6. Katrineholm I 6.895, 7. Karlstad 7.021, 8. Katrineholm II 7.369, 100 fj: 1. Pelle Jernberg, Mariestads SS, 1.01,6, 2. Tommy Jurdell, Polisen 1.04,0, 3. Hökan Bengtsson, Polisen 1.04,6, 200 fr: 1. Jan Lundin, Polisen 2.06,0, 2. Lars Westergren, Polisen II, 2.14,8, 3. Ulf Löfner, Värmland, 2.15,1, 4. Jon Vengel, Vika II, Oslo, 100 ry: 1. Olle Stormark, Karlskoga, 1.09,6, 2. Bert Svensson, Polisen I, 1.09,6, 3. Ronnie Paleski, Polisen II, 1.10,6, 200 br: 1. Arne Kristiansson, Polisen II, 2.43,6, 2. Per Olov Fulke, Katrineholms SS, 2.48,1, 3. Thomas Pettersson, Karlskoga, 2.50,1 4x100 medley: 1. Polisen II 4.29,1, 2. Polisen I, 4.32,0, 3. Mariestads SS, 4.36,6, 4. Karlskoga SS 4.39,6, 5. Vika IL 4.46,1.

Damer: 100 fj: Ragna Ferneman, Uppsala 1.17,1, 100 br: Agneta Strömqvist, Karlskoga och Ulla Eurenus 1.26,0.

Visby

28/4 Salbergabadet. Herrar: 100 fr: Lester Eriksson, Nynäshamn 58.9, Lars Olsson, Visby 1.01,6, 100 br: Mars Bergh, Visby 1.22,4 (gall. rek), 10x50 fr: Nynäshamn 5.03,1, Visby 5.15,0, Damer: 100 fr: Yvonne Högberg, Nynäshamn 1.12,4, Margaretha Björk, Visby 1.15,5 (gall. rek), 100 br: Karin Lindgren, Visby 1.30,7, 100 ry: Karin Lindgren, Visby 1.26,8 (gall. rek).

Verviers

21/4 (25 m). Damlandskamp Belgien—Frankrike 33—55: 100 fr: Goujon, F 1.06,4, 400 fr: Vonacker, F 5.12,5, 100 ry: Barie, F 1.11,6, Caran, F 1.12,3, 100 fj: Pomlot, F 1.18,2, 200 br: Reuff, B. 3.02,5, 4x100 fr: Frankrike 4.37,8 Belgien 4.43,2, 4x100 medley: Frankrike 5.11,0, Belgien 5.28,0.



Steve Clark

Tokio

27/4 (50 m). "Landkamp" Japan—Australien 70—38, 100 fr: Dickson, A. 56,6, Okabe, J. 56,8, 400 fr: Yamanaka, J. 4.19,7, Windle 4.27,2, 1500 fr: Windle, A. 17.39,6, Sasaki, J. 17.42,6, 400 medley: Fukushima, J. 4.54,6, Ebsary, J. 5.19,0, 200 fj: Sato, J. 2.12,0, Berry, A. 2.12,7, 200 ry: Fukushima, J. 2.13,9, Tomia, J. 2.18,6, 4x100 fr: Japan 3.46,5, Australien 3.48,4.

Rijeka

21/4. (50 m). Jug. startäv. Herrar 100 fr: Kurdza 57,3, Jeger 4.39,2, 100 br: Tomicic 1.14,0, 200 br: Tomicic 2.44,0, 200 fj: Kuridja 2.23,9, 100 ry: Darcic 1.05,2, 200 ry: Darcic 2.24,0.

Eskestuna

25/4 (25 m) Skolmöst. Pajkar, äld. kl: 100 fr: Peter Feil, Nyförssk. 1.02,6, 100 ry: Peter Feil 1.16,6, 100 br: Alf Lernestam, Nyförssk. 1.25,0, Fö. -48: 50 fr: Kjell Karlsson, Fristadssk. 28,7, 50 br: Markku Närhi, Nyförssk. 38,3, Fö. -50: 50 fr: Kent-Olaf Norstedt 31,6, 50 br: Hans Pettersson, Torshälla 44,3, Flickor, äld. kl: 50 br: Eva Andersson, Handdels 43,2, Fö. -48: 50 fr: Marie Louise Ledin, Lävov. 34,2, Fö. -49: 50 br: Lisbeth Schön, Lävov. 43,2, Fö. -50: 50 fr: Eva Schiller, Slottssk. 34,2, 50 br: Eva Schiller 47,9.

Kuree (Japan)

24/4. Tävl. Austr.—Japan, (50 m inomhus). Herrar: 100 Fr: Shoji, Jap. 57,8, 400 fr: Bod Windle, Aust. 4.32,4, Sasaki, Jap. 4.35,4, Phegan, Aust. 4.36,7, 200 br: Matsumoto, Jap. 2.42,4, Shikishi, Jap. 2.42,7, O'Brien, Aust. 2.42,7, 100 ry: Fukushima, Jap. 1.03,9, Tamita, Jap. 1.06,5, Fingleton, Aust. 1.06,5, 100 fj: Sato, Jap. 1.01,2, Berry, Aust. 1.01,8, Oyabashi, Jap. 1.02,7.

Simklubben Neptuns tävlingsturné till Konarieöarna i april:

Las Palmas

14/4 (50 m) 100 fr: 1. Bengt Nordwall 58,1, 4. Peter Bergengren 1.00,9, 800 fr: 1. Leif Wolmsten 9.47,7, 2. Sven Johansson 10.03,5, 100 ry: 2. P. O. Eriksson 1.13,9, 4. Kristian König 1.21,5, 100 fj: 1. Per Jernberg 1.01,5 (sv. rek) 2. Ingvar Eriksson 1.04,1, 4x100 medley: 1. Neptun 4.27,1 (Peter Bergengren 1.10,6 — Hökan Kindblom 1.10,9 — Pelle Jernberg 1.01,5 — Bengt Nordwall 58,1.)

15/4 400 fr: 1. Leif Wolmsten 4.41,5, 2. Sven Johansson 4.49,0, 200 ry: 2. P. O. Eriksson 3. Peter Bergengren, 100 br: 2. Hökan Kindblom 4. Kristian König, 4x100 fr: 2. Neptun 3.58,4 (P. O. Eriksson 60,1 — Leif Wolmsten 60,0 — Per Jernberg 59,5 — Bengt Nordwall 57,5).

16/4 200 fr: 2. P. O. Eriksson 2.12,7, 3. Leif Wolmsten 2.12,7, 200 fj: 1. Pelle Jernberg 2.26,4, 2. Ingvar Eriksson 2.26,6, 200 br: 2. Hökan Kindblom 2.48,9, 4. Peter Bergengren 3.17,9, 4x200 fr: 2. Neptun 8.52,8 (P. O. Eriksson 2.14,3 — Bengt Nordwall 2.12,1 — Sven Johansson 2.15,6 — Leif Wolmsten 2.10,8).

Santa Cruz

17/4: (33 m) 200 fr: 2. Ingvar Eriksson 2.11,9, 3. Sven Johansson 2.17,2, 800 fr: 1. Sven Johansson 9.55,2, 2. P. O. Eriksson 10.19,8, 100 fj: 1. Per Jernberg 1.01,9, 4. Kristian König 1.10,3, 100 ry: 2. Bengt Nordwall 1.12,2, 3. Peter Bergengren 1.12,8, 100 br: 2. Hökan Kindblom 1.16,8, 4x100 medley: 1. Neptun 4.26,1.

18/4: 100 fr: 2. Bengt Nordwall 58,6, 4. Kristian König 1.01,8, 400 fr: 1. Ingvar Eriksson 4.43,4, 2. Sven Johansson 4.47,6, 200 ry: Peter Bergengren 2.38,1, P. O. Eriksson 2.38,9, 200 br: 2. Hökan Kindblom 2.48,3, 4. Kristian König 3.28,5, 200 fj: 2. Per Jernberg 2.23,3, 3. Sven Johansson 2.43,7, 4x200 fr: 2. Neptun 9.13,7 (P. O. Eriksson 2.24,4 — Bengt Nordwall 2.17,6 — Peter Bergengren 2.18,4 — Ingvar Eriksson 2.13,3).

Gävle

24/4 Strömbadet (25 m). Herrar: 100 fr: Leif Bergström 1.04,7, 100 br: Yngve Svensson 1.17,6, Damer: 100 fr: Marianne Lundqvist, 1.07,9, Cecilia Froste 1.09,5, 100 br: Kerstin Lindgren 1.26,8 (distr. rek) Inga-Britt Hällström 1.29,7, 200 medley: Agneta Sundberg 2.50,8 (distr. rek).

Västerås

19/4 Kristiansborgsbadet (25 m). Damer: 400 fr: Kerstin Karlsson 5.07,8, Ulla Jävert 5.12,6, Karlsson tid är 5,5 sek under gamla distr.



Susan Doerr

rek, men kommer antogligen inte att godkännas då en manlig simmare, junioren P. A. Fahlén startade samtidigt som flickorna.

Luleå

24/4 (25 m) Damer: 100 fr: Ingrid Gustavsson 1.07,3, Ingrid Holmberg 1.11,6 (Gustavssons tid är nytt distr. rek. men kan inte godkännas då tävl. inte var utlyst). Herrar: 100 fr: K. E. Jakobsson 1.04,3, Pajkar 100 fr: (13 år) Hans Strand 1.10,6.

Timrå

27/4 (25 m) Norrl. mästerskapen. Herrar: 100 fj: Ingvar Eriksson, SSS 1.05,9, 2. Lars Norén, Skellefteå/Rönnskär 1.08,2, 3. Lars Gunnar Alm, Luleå 1.09,8, 100 ry: C. G. Helmersson, Skellefteå/Rönnskär 1.07,1, 2. Lars Larsson, Hudiksvall 1.08,5, 3. Åke Forslund, Kiruna 1.10,2, 4x100 br: Luleå 5.14,6, 2. Sundsvall 5.27,3, 3. Iggesund 5.28,4, Damer: 200 br: Inger Strandlund, Hudiksvall 3.05,4, 2. Ingrid Bergström, Timrå 3.05,6, 3. Margareta Jansson, Iggesund 3.06,8, 200 ry: Marianne Lundqvist, Gävle 2.43,1, 2. Lena Wahss, Avesta 2.46,4, 3. Agneta Sundberg, Gävle 2.47,1, 4x100 br: Hudiksvall 5.51,2, 2. Gävle 6.01,5, 3. Timrå 6.05,3.

28/4: Herrar: 200 fr: Ingvar Eriksson, SSS 2.14,1, 2. Roger Tallin, Lycksele 2.16,6, 3. Lars Öberg, Sundsvall 2.16,8, 4. Rune Öhrnell, Ägir 2.18,2, 200 br: Lars Gunnar Alm, Luleå 2.45,7, 2. Claes Göran Axelsson, Timrå 2.46,3, 3. Åke Olafsson, Umeå 2.48,5, 4. Yngve Svensson, Gävle 2.54,1, 4x100 fr: Sundsvall 4.06,8, 2. Ägir 4.15,8, 3. Avesta 4.16,8, 4. Gävle 4.21,2, Damer: 200 fr: Marianne Lundqvist, Gävle 2.28,6, 2. Ingrid Gustavsson, Luleå 2.30,6, 3. Margareta Rainer, Gävle 2.33,6, 4. Agneta Sundberg, d:o 2.35,0, 5. Cecilia Froste, d:o 2.38,6, 100 fj: Lotten Andersson, Timrå 1.18,5, 2. Anna Zedig, Malmberget 1.18,9, 3. Ingrid Bergström, Timrå 1.19,9, 4x100 fr: Gävle 4.40,2, 2. Timrå 4.49,8, 3. Hudiksvall 4.53,3.



SHARON FINNERAN

Nya Bryggeriet

Hanverkaregatan 27, HOFORS, Tel. 0290/201 30

Smaka våra härliga drycker

Åke Dahlunds

CYKELREPARATIONSVERKSTAD

Sweden - Södra Valbo - Tel. 304 32

Moped och Cykelservice - Reparationer

Gävle-Dala Travsällskap

önskar Eder hjärtligt välkomna till
TRAVSÄSONGEN

Snögrens Cykel- & Sportaffär

Nygatan 10 - GÄVLE - Tel. 123 21

Cyklar — Mopeder — Sportartiklar



VÄLKOMMEN till vårt MOTELL och vår
BENSINSTATION med CAFETERIA och KIOSK samt
GUMMIVERKSTAD.

Njut av en kopp kaffe, ät något gott,
medan vi ser om Er bil.

Telefoner: Motellet och Cafeterian 158 30,
Bensinstationen och Kiosken tel. 245 17,
Gummiverkstaden tel. 212 14.

GDG-SERVICE

Norra utfarten — GÄVLE

BETALD

ANNONS

PLATS

AB Hyllengrens Rör

Upplandsbodarna - Telefon 701 64 - GÄVLE

Utför alla arbeten i branschen — Oljeinstallationer
Tillhandahåller allt material inom rörbranschen
från eget lager.

Hjördis Johnsons Damfrisering

Storgatan 36 - Sandviken - Tel. 538 83

Allt i modern hårvård

Gestriklands Brandstodsblog

GÄVLE

Wickberg & Lif AB Rörledningsfirma

Sandviken - Tel. 534 51, 538 51, 556 51

Värme-, Sanitets- och Oljeanläggningar
— Reparationer —

SIMSPTS RESULTATBÖRS



Bremen

13/4 Zentralbad (25 m). Damer: 100 ry: Marianne Strid, MS 1.12,5 2. Ingrid Ahlström 1.19,0 4. Marie Nilsson 1.22,0. 100 fr: Hettling, Västly. 1.07,5 2. Ingrid Ahlström 1.07,0 3. Marianne Sjöström 1.09,5 4. Ulla Burnell 1.10,2. 400 fr: Marianne Sjöström 5.11,5 3. Ulla Karin Lind-sjö 5.34,7. 200 br: Evv Säterström 3.04,5 2. Lisbeth Sandgren 3.05,0. Herrar: 100 fj: Håkan Bengtsson, Polisen 1.02,9. 100 ry: 4. Peter Bergh 1.11,9. 200 br: Ulf Eriksson, Kolrineholm 2.40,8.

Lübeck

6/4 (25 m): Herrar: 200 fr: Freitag 2.07,1. Küppers 2.08,6 800 fr: Freitag 9.52,3 Küppers 9.55,1. 100 br: Hogenkamp 1.12,1 100 fj: Freitag 1.03,7 100 ry: Küppers 1.03,7 200 medley: Küppers 2.21,7. Damer: 100 br: Feuerstack 1.18,5. 1 lag-kopp 4x200 bröst som Feuerstack sin sträcka på utomordentliga 2.48,6.

Borås

16/3 Västergällands DM (25 m) Herrar: 200 fr: Mats Svensson, Elfsborg 2.06,9 200 br: Göran Krafft, d:o 2.46,1 (distr. rek) 100 ry: Ulf Göran Johansson, d:o 1.04,9 100 fj: Per Jernberg, Mariestad 1.01,3 Svikh: Gösta Lagström, Elfsborg 36.77. 4x100 br: Elfsborg 5.21,0

(distr. rek) 4x100 fr: Elfsborg 3.53,8 (distr. rek) 4x100 ry: Elfsborg 4.57,2 4x100 fj: Elfsborg 4.45,3. Damer: 200 fr: Birgitta Sjöberg, Skövde 2.32,5 200 br: Birgitta Larm, d:o 3.05,5 200 ry: Birgitta Hansson, Elfsborg 2.51,3. 100 fj: Birgitta Sjöberg, Skövde 1.16,7. 4x100 br: Elfsborg 5.59,2 (distr. rek) 4x100 fr: Mariestad 4.53,2. 4x100 ry: Mariestad 5.40,7.

Simhopp

Rikstävlingen får nybörjare, tävling III. Lagt. 1. Göteborgsalliansen 231,5 2. Gävle 230,5 3. Västerås 198,0 4. Mariestad 111,5 5. IFK Grängesberg 106,5 6. Elfsborg 85,77. Jönköping 57,0 8. Harnäs-Skutskä 27,5. Sammanlagt 1. Gävle 588,0 2. Göteborgsalliansen 572,0 3. Västerås 495,5 4. IFK Grängesberg 484,5 5. Mariestad 428,0.

Pojkar

Individuella resultat. Tävling III. 1. Göran Helgeson, Gävle, 31,5 2. Peder Lindberg, Göteborg, 30,5 3. Thomas Trybam, Gävle, 28,5 Göran Johansson, Göteborg 28,5 5. Gunnar Nilsson, Mariestad, 27,5 Lars Sjöberg, Harnäs-Skutskä, 27,5 7. Jan Franz, Grängesberg, 26,5 8. Leif Larsson, Göteborg, 26,0 9. Håkan Lindberg, Gävle, 24,5 10. Mats Andersson, Västerås, 24,0 Åke Wall, Gävle, 24,0 Pelle Jernberg, Mariestad, 24,0 13. Kjell Gustavsson, Väs-

terås, 23,5 14. Per-Olov Brissman, Jönköping, 22,0 Kenih Ihrén, Gävle, 22,0 Glenn Lundholm, Västerås, 22,0 17. Roland Johansson, Göteborg, 21,0 18. Claes Rudberg, Västerås, 20,5 Anders Backlund, Mariestad, 20,5 20. Börje Egfors, Elfsborg, 20,0.

Flickor

1. Gunilla Henriksson, Göteborg, 25,5 2. Annika Lorentzon, Göteborg, 24,5 3. Margareta Högberg, Gävle, 23,0 4. Gun Sjöblom, Grängesberg, 22,0 Lina Sandgren, Gävle, 22,0 6. Kajsa Ström, Gävle, 21,0 7. Gunnel Persson, Mariestad, 20,5 8. Inger Jakobsson, Grängesberg, 20,0 9. Irene Johansson, Göteborg, 19,5 11. Inger Avergård, Mariestad, 19,0 Maud Söderström, Göteborg, 19,0 13. Britt Carlsson, Göteborg, 18,0 Agneta Henriksson, Göteborg, 18,0 15. Ann-Mari Åberg, Gävle, 17,0 16. Kicki Norman, Gävle, 15,5 17. Inger Söderlund, Grängesberg, 15,0 18. Maud Backlund, Göteborg, 14,0 19. Sigrid Yngström, Grängesberg, 13,0 20. Sonja Halmgren, Gävle, 11,0 21. Anna-Karin Gustavsson, Grängesberg, 10,0.

Sammanlagt

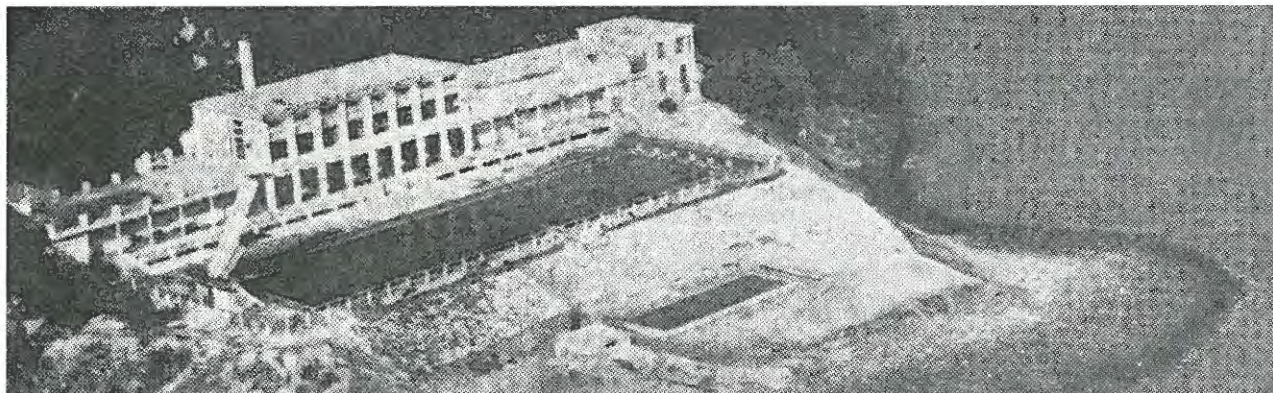
Pojkar

1. Göran Helgeson, Gävle, 75,0 2. Thomas Trybam, Gävle, 72,0 3. Peder Lindberg, Göteborg, 71,0

Gunnar Nilsson, Mariestad, 71,0 5. Göran Johansson, Göteborg, 66,5 6. Kjell Gustavsson, Västerås, 61,0 Pelle Jernberg, Mariestad, 61,0 8. Hökan Lindberg, Gävle, 60,5 9. Leif Larsson, Göteborg, 59,0 10. Lars Sjöberg, Harnäs-Skutskä, 58,0 11. Anders Backlund, Mariestad, 57,0 12. Mats Andersson, Västerås, 56,0 13. Åke Wall, Gävle, 52,5 14. Claes Rudberg, Västerås, 52,0 Kent Ihrén, Gävle, 52,0 16. Bo Lindgren, Västerås, 51,0 Jan Franz, Grängesberg, 51,0 18. Jonas Rudberg, Västerås, 49,0 19. J.-I. Horviggsson, Göteborg, 48,0 20. Lars Andersson, Borås, 47,5.

Flickor

1. Lina Sandgren, Gävle, 64,5 2. Gun Sjöblom, Grängesberg, 60,5 3. Gunnel Persson, Mariestad, 60,0 4. Gunilla Henriksson, Göteborg, 58,0 5. Inger Söderlund, Grängesberg, 57,0 6. Inger Avergård, Mariestad, 55,5 7. Margareta Högberg, Gävle, 55,0 8. Kajsa Ström, Gävle, 53,0 9. Sigrid Yngström, Grängesberg, 50,5 Irene Johansson, Göteborg, 50,5 11. Agneta Henriksson, Göteborg, 49,0 12. Ingeborg Stark, Grängesberg, 42,5 Ann-Marie Åberg, Gävle, 42,5 14. Kicki Norman, Gävle, 40,5 15. Kristina Berg, Västerås, 39,5 16. Lena Lind, Grängesberg, 38,5 17. Sonja Halmgren, Gävle, 37,5 18. Britt Carlsson, Göteborg, 35,0 19. Anna-Karin Gustavsson, Grängesberg, 28,0 Inger Jacobsson, Grängesberg, 28,0.



Dakar

11—21/4. Les Jeux de l'Amitié' (50 m). Herrar: 200 fr: Gropaix, Frankrike 2.07,2 2. Wasif Gali, Fär. Arabrep. 2.07,6 3. Gottvalles, Frank. 2.08,3. 100 ry: Christophe, Frankrike 1.02,6 2. Raffy, Frank, 1.04,7 100 fj: Mack, Frank, 1.02,5 2. Pommat, Frank, 1.02,7. 200 br: Kiehl, Frankrike 2.47,5 4x200 fr: Frankrike 8.37,9 (Duchateau 2.08,2 — Soubiran 2.10,2) — Pommat 2.09,5 — Gropaix 2.10,1) 2. För. Arabrep. 9.11,5. 100 fr: Gottvalles, Frankrike 55,8 2. Gropaix, d:o 57,8 3. Zein, Fär. Arabrep. 59,5. 400 fr: Wasif Gali, Fär. Arabrep. 4.33,8 2. Pommat, Frankrike 4.37,2. 4x100 medley: Frankrike 4.20,5 (Christophe 1.02,2 — Kiehl 1.16,0 — Mack 1.04,4 — Gottvalles 57,6) 2. Fär. Arabrep. 4.32,2.

Luleå

10/4 (25 m). Herrar: 100 br: Lars Gunnar Alm 1.14,8 (distr. rek). 2. Sven Engelbrektsson 1.15,4. 100 fr: Krister Ljusberg 1.06,6. Damer: 100 fr: Ingrid Gustavsson 1.07,9. 2. Ingrid Holmberg 1.11,1. 100 br: Kristine Lundström 1.29,5.

Stuttgart

6/4 (25 m). Herrar: 200 fr: Beyer 2.08,9 100 fj: Lotter 1.02,1 100 ry: Novatny 1.05,5 200 medley: Beyer 2.23,4. Damer: 200 fr: Brunner 2.21,3 200 fj: Brunner 2.44,3 (västly. rek) 200 ry: Helga Schmidt 2.38,9 200 medley: Brunner 2.36,5 (västly. rek).

Ett verkligt drömbad

I den här underbara miljön avgjordes simningarna vid "Jeux de l'Amitié" i Senegals huvudstad Dakar. Bössängen är 50 meter och läktarna tar emot 15.000 åskådare. Här trivdes bl.a. de franska stjärnorna Gottvalles och Pommat. Fju nationer deltag i simning — 15 nationer i friidrott under tiden 11—21 april. Bland de inbjudna var också OS-presidenten Avery Brundage.

Minden

6/4 (25 m) Herrar: 100 br: Roos 1.12,1. Damer: 100 br: Marta Hoffmann 1.18,2 2. Wiltrud Urselmann 1.18,7.

Warszawa

13/4 (25 m) Damer 200 fr: Cedro 2.31,5 (polskt rek).

Louviere

13/4 Belgisk stortäv. (25 m) Herrar: 100 ry: Honore 1.09,3. Damer: 100 fr: Viviane Gouverneur 1.10,2.

Sabadell (Spanien)

7/4 Damlandskamp Spanien—Frankrike 38—49 (25 m): 100 fr: Goujan, Fr. 1.06,8 100 fj: Balleste, Sp. 1.13,7 200 br: Castone, Sp 2.48,2 (Sp. rek) 100 ry: Caran, Fr. 1.11,2 Piacentini, Fr. 1.11,8.

Franska mellantider på 4x100 fr: Pimont 1.07,7 — Compestre 1.09,0 — Wolbert 1.08,0 — Goujan 1.06,6.

Bryssel

21/4 Damer 100 ry: A. van Parys 1.14,2 (belg. rek).

Skövde

9/4 Klubbm Skövde—Mariestad 248,5—279,5. Bästa res: Pajkar: 100 fj: Gerhard Thiel, M. 1.13,3. 100 ry: Hans Uhlén, M 1.15,1. 200 br: Anders Backlund, M. 2.51,3. 100 fr: Gerhard Thiel, M 1.01,9. Flickar: 100 fj: Kerstin Roos, M 1.24,0. 100 ry: Bibbi Skoag, M 1.20,9. 200 br: Birgitta Larm, S. 3.13,5. 100 fr: Kerstin Roos, M. 1.10,0.

"Telefonmatch"

4/4. Skövde—Grängesberg 82,5—63,5. Bästa res: Pajkar: 100 fr: Göran Redmo, S. 1.03,0. 100 ry: Berth Johansson, G 1.16,6. 200 br: J. E. Hjerten, S. 2.56,2. 4x100 fr: Skövde 4.28,1. Grängesberg 4.53,5. Flickor: 100 fr: Birgitta Sjöberg, S. 1.07,5. 200 br: Lilian Andersson, G. 3.04,0. 100 fr: Birgitta Sjöberg, S. 1.24,4. 4x50 medley: Grängesberg 2.38,0. Skövde 2.38,2.

Västerås

28/4 (25 m) Damer 100 ry: Ulla Jälvirt 1.15,8. Kerstin Korlsson 1.19,8.

Basel

30—31/3 Schweiziska mäst. (25 m) Herrar: 100 fr: Goltzsche 1.02,2. 800 fr: Düst 10.44,6. 100 fj: Bahnhof 1.08,7 (rek) 200 br: Risi 2.51,6. 4x100 fr: Zürich 4.14,0. Damer: 100 fr: Müller 1.07,8 (rek) 200 br: Müller 2.31,4. 400 fr: Müller 5.27,2 200 br: Hungerbühler 3.11,8 4x100 fr: Zürich 4.55,0.

Moskva

7/4 (50 m) 100 br: Pruzumenchikova 1.20,1 (rek.) 400 medley: Mikhinova 5.57,5.

Malmö

7/4. Pojkmästerskapen 100 fr: (f. 1949): 1. Olle Svensson, SKP, 1.06,9. (f. 1950): 1. Gunnar Brack, YSS 1.14,1. 200 br. (f. 1947): 1. Rolf Bergquist, Ran 3.16,5. 100 br. (f. 1948): 1. Thomas Hansson, TSS, 1.21,2. (f. 1949): 1. Lars Erik Andersson, HSA, 1.26,5. (f. 1950): 1. Leif Törnkvist, Ran 1.26,0. 100 ry: (f. 1947): 1. Christer Lindsjö, TSS 1.12,2. (f. 1948): 1. Bengt Pelttersson, YSS 1.24,4. 50 ry: (f. 1949): 1. Ulf Jungberg, KSLs 37,5. (f. 1950): 1. Gunnar Larsson, MS 40,2. 100 fj: (f. 1947): 1. Anders Fredriksson, KSLs 1.12,5. 50 fj. (f. 1948): 1. Bo Landin, HSA 35,2. (f. 1949): 1. Bengt Persson, SKP 35,1. (f. 1950): 1. Sven Tuvsö, KSLs 42,9. 4x50 m fr: (f. 1947—48): 1. Kristianstads SLS 1.59,6 4x50 (f. 1949): 1. Poseidan 2.08,4 4x50 (f. 1950): 1. Trelleborgs SS lag 1.218,5.

Stockholm

21/4 Stockholms DM i svikthopp:
Herrar: 1. Toivo Ohman, SKK 123,74
2. Lennart Möllerström, d:o 83,35.
Damer: Karin Cewe-Ohman, Neptun
115,44 2. Christine Dahl, SKK 109,16.

Karlskoga

21/4 (25 m) Herrar: 100 fj: Pelle
Jernberg, Mariestad 1.01,7 100 fj B:
Bengt Rydahl, Karlstad 1.09,4. 100
fj C: Jan Sigurdsson, Karlslund
1.16,6 100 ry: B. O. Almsledt, Öre-
bro 1.06,4. 100 fr: Leif Stormark,
Karlskoga 58,6 (Värmlandsrek).

100 fr B: Bengt Rydahl, Karlstad
1.00,4. 100 fr C: Erik Geisler, Öre-
bro 1.03,3. 100 br: Raland Sjöberg,
Karlskoga 1.16,5. 100 br B: Tomas
Pettersson, Karlskoga 1.16,5. Damer:
100 fr: Birgitta Lööw, Karlskoga
1.08,4 100 fr B: Ann-Marie Carlsson,
KSS 1.12,8. 100 fr C: Kerstin Jan-
sson, Karlstad 1.12,1. 100 br: Kristina
Kallerhult, Nyköping 1.25,8. 200 br:
Kristina Kallerhult 3.01,8. Lilian An-
dersson, Grängesberg 3.06,8. 100 br
B: Agneta Strömqvist, Karlskoga
1.27,8 100 br C: Gun Olsson, Filip-
stad 1.30,8. 100 fj: Birgitta Sjöberg,
Skövde 1.18,3.

Hudiksvall

21/4 Herrar: 100 fr: Ingvar Eriks-
son, SSS 58,6 100 fj: Ingvar Eriks-
son, 1.08,7. 100 ry: Lars Larsson,
Hudiksvall. 200 br: C. G. Axelsson,
Timrå 2.44,9. 4X100 fr: Sundsvall
4.16,9.

Damer: 100 fr: Marianne Lund-
qvist, Gävle 1.06,9 100 ry: Marianne
Lundqvist 1.15,6.

100 fj: Lotten Anderson, Timrå
1.19,1, 200 br: Ingrid Bergström,
Timrå 3.01,4. 4X100 fr: Gävle 4.38,3.

Paris

12—13/4. Jun. landskamp Frankrike
—Västtyskland 106,5—66,5. (25 m).
Herrar: 100 fr: Bentosela, F, 58,6
400 fr: Lyuce, F 4.36,8. 100 ry: Pou-
zin, F, 1.06,5. 200 br: Boulay, F,
2.50,1. 4X200 fr: F 8.57,0 (Lyuce
2.08,7 — Delonoy 2.17,7 — Crema-
des 2.20,5 — Bentosela 2.10,1. 2.
Västtyskl. 9.15,5. 100 fj: Heina,
Västtyskl. 1.09,0 4X100 medley: F
4.30,8 (Pauzin 1.06,7 — Boulay 1.16,4
— Lyuce 1.09,8 — Bentosela 57,9).
2. Västtyskl 4.37,2. Damer: 100 fr:
Vonacker, F 1.07,0 400 fr: Vonacker,
F 5.11,3. 100 fj: Ruelten, Västtyskl.
1.17,0. 100 ry: Barie, F 1.11,7 200
br: Diekmeyer, Västtyskl. 3.03,4 4X
100 fr: F 4.35,5 (Pommat 1.09,2 —
Saint Martin 1.10,0 — Dorleans
1.07,5 — Vanacker 1.08,8). 2. Västtyskl.
4.49,3. 4X100 medley: F 5.09,0 (Bar-
rie 1.12,2 — Joquet 1.27,4 — Pom-
mat 1.19,4 — Vanacker 1.10,0). 2.
Västtyskl. 5.14,3.

Gävle

6—7/4 Ungdomslandskampen Sve-
rige—Östtyskland (25 m).
Herrar: 100 fr: 1. Gerhard Thiel
1.00,0. 2. Torgny Nilsson 1.00,6 3.
Delfel König 1.00,9 4. Ralf-Dieter
Volker 1.01,3.

400 fr: 1. Bo von Holsi 4.39,0 2.
Ola Pettersson 4.50,0 3. Horst Leh-
mann 5.02,7 4. Hons Dieter Meins-
hausen 5.16,5.

100 ry: 1. Delfel König 1.05,1 2.
Janus Kollmann 1.07,2 3. Olle Ferm
1.07,6 4. Lars Larsson 1.09,5.

100 fj: 1. Clas-Göran Andersson
1.05,5 2. Wolfgang Platzek 1.06,2
3. Göran Jansson 1.07,0 4. Norbert
Wornatsch 1.08,4.

200 br: 1. Benny Zackrisson 2.49,8
2. Frank Wolter 2.50,2 3. Clas-
Göran Axelsson, 2.51,0 4. Jürgen
Boseckert 2.52,3.

4X100 fr: Sverige 4.01,6 2. Öst-
tyskland 4.05,8.

4X100 medley: 1. Östtyskland
4.27,9 2. Sverige 4.29,2.

Damer: 100 fr: 1. Ann-Christine
Hagberg 1.02,8 2. Rita Schumacher
1.05,2 3. Agneta Thunell 1.05,6 4.
Gisela Fidler 1.05,9.

400 fr: 1. Mojvar Velander och
Elisabeth Ljunggren 4.54,2 3. Mar-
tina Gronert 5.15,6 4. Anneli Richter
5.27,2.

100 ry: 1. Lena Bengtsson, 1.13,0
2. Gunilla Lundqvist 1.13,5 3. Bir-
gitta Köhler 1.15,1 4. Barbara
Raasch 1.16,5.

200 br: 1. Monica Israelsson 2.59,8
2. Annicka Eriksson 3.00,4 3. Bar-
bara Beyer 3.02,6 4. Martina Dehm-
low 3.14,9.

100 fj: Gerda Heybey 1.16,1 2.
Gabrielle Fischer 1.16,8 3. Ann-
Kristin Nysström 1.17,3 4. Elisabeth
Ljunggren 1.19,8.

4X100 fr: 1. Sverige 4.23,0 2.
Östtyskland 4.27,7.

Individuella tider i lagkopporna.

Herrar:
Frisim: Torgny Nilsson 1.01,1, Leif
Blomqvist 1.01,0 Olle Ferm 59,5
Gerhard Thiel 1.00,0. Östtyskland:

Wolfgang Platzek 1.01,9, R. D. Völ-
ker 1.01,2 Delfel König 1.00,9, Janus
Kollman 1.01,8.

Medley: Olle Ferm 1.09,0 Thamas
Pettersson 1.17,2 Clas-Göran An-
dersson 1.04,0 Gerhard Thiel 59,0.

Östtyskland: Delfel König 1.05,9
Jurgen Boseckert 1.15,6, Wolfgang
Platzek 1.05,3, R. D. Völker 1.01,1.

Damer:
Frisim: Agneta Thunell 1.06,6 Bir-
gitta Lööw 1.06,5 Lena Johansson
1.07,7, Ann-Christine Hagberg 1.02,2

Östtyskland: Gisela Friedler 1.08,4
Martina Gronert 1.06,3, Rita Schu-
macher 1.05,0, Anneli Richter 1.08,0

Medley: Lena Bengtsson 1.14,5,
Agneta Berg 1.21,8 Ann-Kristin Ny-
ström 1.17,2 Ann-Christine Hogberg

1.01,8. Östtyskland: Birgitta Köhler
1.14,1, Martina Dehmlow 1.28,4
Gabriele Fisher 1.16,2 Rita Schu-
macher 1.04,7.

Stuttgart

7/4 (25 m) 200 fj: Ursel Brunner
2.44,3.

Tokio

7/4 (50 m) Jap. mäst.: Herrar: 200
ry: Fukushima 2.13,5. Damer: 100
ry: Satoka Tanaka, 1.10,6.

Moskva

6/4 Rēda Armēns hall (50 m)
Damer 100 br: Galina Prozumench-
kova (14 år) 1.20,3 — ryskf rekord.
Gamla rekordet var 6 år gammalt
och löd på 1.21,6. Europarekordet
är 1.18,2 av Barbara Göbel, 1961.

SIMSPORTS RESULTATBÖRS

Moskva

15/4 (50 m) Herrar: 200 br: Ivan
Karetnikov 2.34,3 200 fj: Kusmin
2.17,5. 100 fr: Sumjau 57,3. Mar-
galschew 57,4. Konoplev 57,5. 200
fr: Panamonov 2.07,4 400 fr: An-
drosow 4.32,9 Nikitin 4.37,1. 100 br:
Kalesnikav 1.12,8. Golavtjenko
1.13,0 Forolonov 1.13,2 Jeremenko
1.13,5. 100 ry: Simar 1.04,4. 200 ry:
Masanov 2.21,4. Barbier 2.21,6. 400
medley: Androsow 5.06,6. Damer:
100 fj: Psenizewa 1.14,3 100 ry:
Viktorovo 1.13,7.

Zagreb

15/4 (25 m) 100 fj: Kuridja, Jug.
1.01,2, Zlocic, d:o 1.02,4. Jiskaal,
Holl. 1.02,4. 200 fj: Kuridja, Jug.
2.21,2.

Lund

20—21/4 Skånes DM (25 m). Her-
rar: 200 fr: Bo Jörgen Larsson, Trel-
leborg 2.14,5. 200 br: Roland Lund-
in 2.42,4. 100 ry: Kjell Stenström,
Poseidan 1.09,8. 100 fj: Lars-Erik
Rymark, Limhamn 1.07,5.

4X100 ry: Trelleborg 4.53,6. 4X
100 fj: Ran 4.45,6. 4X100 fr: Posei-
don 4.03,8. 4X100 br: Ran 5.12,7.
Damer: 200 ry: Marianne Sjö-
ström, MS 2.41,1. 100 fj: Marianne Sjö-
ström, MS 1.18,0. 200 fr: Karin
Grubb, Poseidan 2.27,7 200 br: Chri-
stina Ohlsson, Limhamn 3.01,4. 200
br. extratäv.: Madelaine Carlsson,
Ran 3.12,4. 4X100 br: Limhamn
5.44,3. 4X100 fr: Poseidon 4.36,1
4X100 fj: MS 5.35,5. 4X100 ry:
5.16,7.

Göteborg

21/4 (25 m) Ny Tids folkskolelog-
kapper: Pojkar: 10X25 m: Torpa-
skolan 3.02,7. Flickor 10X25 m: Tor-
paskolan 3.14,1.

Göteborg

21/4 Valhallabadet (25 m) Grand
Prix: Herrar: 200 fr: 1. Jan Lundin,
Polisen 2.04,2. 2. Mats Svensson,
Elfsborg 2.08,3. 3. Hans Eriksson,
SKK 2.09,2 4. Lars Nörringer, GKK
2.10,0 (göteborgstrek). 5. Jörgen An-

dersson, Elfsborg 2.11,8. 6. Håkan
Bengtsson, Polisen 2.12,4. Damer:
100 fr: Ann-Charlott Lilja, Najaden
1.03,6 (Göteborgstrek) 2. Kirsten
Strange, Danmark 1.04,1 3. Mari-
anne Gelia, SÖ2 1.07,6 4. Margare-
ta Öhrström, d:o 1.08,3 5. Ingela
Melin, d:o 1.08,4. 6. Malin Torell,
Najaden 1.08,9.

Tokio

20/4 (50 m inomhus) Herrar: 100
fr: David Dickson, Austr. 56,3 Fuk-
ui, Jap. 56,3 Okabe 56,5, Strahan,
Austr. 57,5 200 fr: Windle, Austr.
2.00,3 (världsrekord) Fukui, Jap.
2.01,3, Yamanaka, Jap. 2.01,5. 400
fr: Bob Windle 4.20,3, Yamanaka,
Jap. 4.21,7, Fujimoto, Jap. 4.25,6,
Ling, Austr. 4.33,7. 1500 fr: Bob
Windle 17.35,6, Sasoki, Jap. 17.38,0.
Yoshimuta, Jap. 18.01,3. 100 ry:
Fukushima, Jap. 1.02,7, Tomita, Jap.
1.04,7, Fingleton, Austr. 1.05,3. 200
fj: Sato, Jap. 2.13,1, Kevin Berry,
Austr. 2.14,0, Masunaga, Jap. 2.14,9,
Hayes, Austr. 2.21,6. 200 br: Matsu-
moto, Jap. 2.34,5, Shikishi, Jap.
2.36,7, O'Brien, Austr. 2.39,6, Bur-
ton, Austr. 2.45,3. 400 medley: Fu-
kushima, Jap. 4.57,2 (jap. rek.) Eb-
sory, Austr. 5.14,5 4X100 medley:
Japan 4.07,5 (jap. rek.) Australien
4.13,5. 4X200 fr: Japan 8.09,8
(världsrekord), Tatsuo Tukomota
2.02,7 — Tsuyoshi Yamanaka 2.01,9
— Yukio Okabe 2.03,9 — Makio
Fukui 2.01,3) Australien (Windle —
Dickson — Phegan — Strahan) 8.15,7
200 ry: Fujishima, Jap. 2.13,6 (jap.
rek) Tomita, Jap. 2.21,6, Fingleton,
Austr. 2.25,3. 100 br: Matsuoto,
Jap. 1.11,7, O'Brien, Austr. 1.11,9,
Shikishi, Jap. 1.13,1, Burton, Austr.
1.14,5. 100 fj: Berry, Austr. 60,0
Obayashi, Jap. 60,2 Sato, Jap. 60,5
Hill, Austr. 62,2.

Sala

21/4 Klubbmatch Sala—Katrine-
holm 67—78. Bästo res: Herrar: 100
fr: K. O. Konekrans, S. 1.01,7. 100
fr. A-jun: Christer Sundström, S.
1.01,0. 100 fj: K. O. Konekrans, S.
1.08,3. 100 br: P. O. Fulke, K. 1.15,0.

4X100 medley: Katrineholm 4.39,6
Sala 4.45,0. Damer: 100 fr: Irene
Krona, K. 1.12,5. 100 ry: A. C. Al-
berlsson, S. 1.22,3. 100 br: Inger
Gustavsson, K. 1.38,4. 4X100 med-
ley: Katrineholm 5.43,4 Sala 5.43,8.

UNIKT

Blanda, 25-åriga amerikanskan
Mary Margaret Revell gjorde den
16 april en unik sportprestation,
då hon som den första simmare i
världen klarade Messinasundet
mellan Sicilien och Italiens 'Is' Kalab-
rien tur och retur i ett svep.

Manliga simmare har besegrat
det kalla, strämyllade vattnet, be-
ränt från Odysseen som de farliga
farvattnen mellan de båda myto-
logiska djuren Scylla och Charyb-
dis, i ena riktningen, men ingen —
har tidigare simmat dubbla sträck-
an. Hon som 15 km på 5 tim och
28 min trots att hon hade så svår
kramp i höger arm den sista kilo-
metern att den var obrukbar.

I följbåten satt bi a två ameri-
kanska grodmän och italienska haj-
fiskare och höll vakt. Sundet bruk-
ar vicia av hajar, men nu höll de
sig borta.

En treminuters tepaus på kalab-
rien-sidan var allt miss Revell un-
nade sig. Då trampade hon vollen.

Bland de märkliga detaljerna
kring den blonda amerikanskens
bragd märks att hon inte hade
smort in sig med fett utan sam-
endast i baddräkt.

Moskva

11/4 (50 m). Herrar 100 ry: Bar-
bier 1.04,0.

Tänk om man ändå vore schweizare...

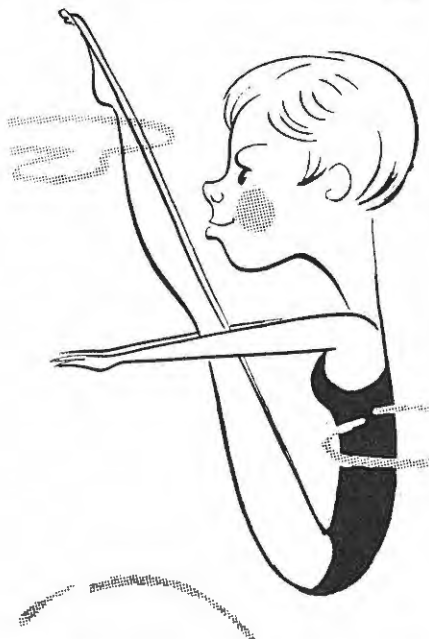
Det är inte alla länder som har järnhårda krav på simmarna för OS-deltagande i Tokio. Tänk om man ändå vore simmare i Schweiz kan många svenskar sucka. Så här mycket krävs därnere för OS-biljett:

	Herrar	Damer
100 m fritt	58,5	1.06,0
400 m fritt	4.39,0	5.10,0
1500 m fritt	18.44,0	—
200 m bröst	2.43,5	3.02,5
100 m fjärl	—	1.13,5
200 m fjärl	2.22,0	—
100 m rygg	—	1.15,0
200 m rygg	2.25,5	—
400 m medley	5.19,5	5.54,0
4×100 m fritt	3.54,0	4.26,0
4×100 m medley	4.19,0	5.00,0
4×200 m fritt	8.39,5	—

Ulla Thorn har chans till Brasilienresa

1963 års Universiad (tävlingar mellan all världens studenter) är i år förlagd till Porte Aliegre i Brasilien, och förmodligen kommer Akademiska Idrottsförbundet att satsa sekinerna på en deltagare ur simmarskrået, även om det är en ytterst kostsam resa för ett fattigt förbund. Närmast till ligger Ulla Thorn-Johnsson, som i så fall får söka försvara den svenska äran på 100 m frisisim, som Karin Larsson vann i bulgariska Sofia för två år sedan. Karl-Erik Westergren, som vid AM i Malmö sam rätt in i eliten i fjärlsim, blir dock en allvarlig konkurrent om resan. Annars har vi ju faktiskt ett så starkt kort som Per-Ola Lindberg att skicka fram och de facto är konkurrensen knivskarp på herrsidan, där ju USA kan starta med alla sina världsstjärnor.

Stig.



Den fina östtyska hopperskan Christiane Lanzke, som man hoppas skall komma till Sverige i sommar.



Stockholmspolisens Jan Lundin är den snabbaste "hemmasimmararen" just nu. Han fick god utdelning i SM — här visar han "full hand".

SOM SAGT...

Det är en hård kamp om äran av ungdomslandslagets framgångar just nu. Expressen kallar det "sitt landslag", Aftonbladet "skyller" på LO och välfärdssamhället...

DN glider in i sammanhanget med kommentaren att dess egen propagandadrive Simborgarmärket nog också gjort sitt till bl.a. ekonomiskt.

SvD vill inte vara sämre — vi har i över 30 år haft skolsimningar och där har stjärnor fötts på löpande band, bl.a. många av dagens.

Mycket trängre kan det inte bli i ramplyuset, även om vi faktiskt gärna skulle vilja ha dit ledare som Runströmer, Bubre, Paulsson Stig Ohlsson och tränare som Sten Hellqvist, Ake Johansson & Co.

Om vi inte är alldeles felunderrättade så har också dessa bägge kategorier gjort en del...

(SvD)

Spanskt hopp

Spanien har fått fram en stor bröstsimmerska Isabelle Castanié. Hon gjorde 2.48,2 i kort bassäng på 200 meter när Spanien och Frankrike möttes. Det betyder världsklass och är jämförligt med 2.51,0 i lång bassäng. Det är inte många som har gjort den tiden.

Lyckliga Örebro...

Nu står Örebros nya bad, Gustavsviksbadet, i all sin glans. Sexmiljonerprojektet är fört i hamn och Sverige har en internationellt konkurrenskraftig bassäng till av 50-meters längd och med tempererat vatten. Badet tar normalt 1200 åskådare, men det kan byggas ut för 3000.

Linköpings Tinnerbäcksbad fyller i sommar 25 år — det var på sin tid en lika stor märklighet som Örebros Gustavsviksbad, men kostade inte fullt så mycket... bara 580.000 kr.

— Möjligen kan Tinnerbäcksbadet nästa år få tempererat vatten, berättar intendent P. O. Lidbom i för "Adrian" i ÖC. Kostnadskalkylen för den nya Linköpingshallen ligger f.n. på 7,2 miljoner kr.

Gossen Ruda

En 16-årig engelsk skolpojke har försökt sälja sin skola. Ynglingen satte nyligen in följande annons i en lokaltidning i Sunningdale utanför London: "Modern rymlig fastighet till salu vid Charters Road, Sunningdale. Centralvärme, gymnastiksal, simbassäng och bibliotek finnes. Storlek för utspisning av 800 personer. Tomtstorlek: 5,5 hektar. Svar till rektorn vid Charters School".

Fem hugade spekulanter tog genast kontakt med rektorn. Gossen blev relegerad.

F
U
L
L
H
A
N
D

<p style="text-align: center;">Runes Livs</p> <p style="text-align: center;">Ångermannagatan 120 - Vällingby</p> <p style="text-align: center;">Tel. 37 80 64</p>	<p style="text-align: center;">B. ANDERSSONS</p> <p style="text-align: center;">EFTR.</p> <p style="text-align: center;">Inneh. Helge Karlsson</p> <p style="text-align: center;">— Fågelhandel —</p> <p style="text-align: center;">Östermalms Saluhall 61-62 - Telefon 62 55 57</p>
<p style="text-align: center;">För god klädvärd besök</p> <p style="text-align: center;">Solberga Skrädderi</p> <p style="text-align: center;">Kristallv. 62 - Hägersten - Tel. 18 36 42</p>	<p style="text-align: center;">Näsby Charkuterifabrik</p> <p style="text-align: center;">Stockholmsvägen 113 ROSLAGS NÄSBY</p> <p style="text-align: center;">Förstklassiga charkuterivaror</p> <p style="text-align: center;">Ring 58 31 20</p>
<p style="text-align: center;">KIOSKEN</p> <p style="text-align: center;">Hästängsudd Rydbo</p> <p style="text-align: center;">Tobak — Tidningar — Frukt — Konfektyrer m.m.</p>	<p style="text-align: center;">Kjell Johansson Charkuteri AB</p> <p style="text-align: center;">Soluhallen - Solna - Tel. 27 40 15</p> <p style="text-align: center;">Specialbutik till Eder tjänst</p>
<p style="text-align: center;">Cistern-Teknik</p> <p style="text-align: center;">Cisternrengöring</p> <p style="text-align: center;">Flensvägen 21 Älvsjö Tel. 86 18 15</p>	<p style="text-align: center;">Solna Bilskola</p> <p style="text-align: center;">Ryttargatan 6 - Solna - Tel. 27 34 92</p>
<p style="text-align: center;">Saltsjöbadens Snabbköp AB</p> <p style="text-align: center;">Skyttev. 15 Saltsjöbaden Tel. 17 21 15</p> <p style="text-align: center;">Filial Knut Wallenbergsv. 27 Tel. 17 16 02</p>	<p style="text-align: center;">AB Solna Galvaniseringsfabrik</p> <p style="text-align: center;">Storg. 26 - SOLNA - Tel. 82 44 29</p> <p style="text-align: center;">Förnickling - Förzinkning - Kadmiering</p>
<p style="text-align: center;">Nya</p> <p style="text-align: center;">Lidingö-Tvätten</p> <p style="text-align: center;">Stockholmsväg. 40 Lidingö Tel. 65 11 50</p> <p style="text-align: center;">Herrtvätt - Gardiner - Blusar m.m.</p> <p style="text-align: center;">Snabb leverans</p>	<p style="text-align: center;">Stinas</p> <p style="text-align: center;">Konditori</p> <p style="text-align: center;">Österv. 9 B - Kungsängen - Tel. 0758/522 50</p> <p style="text-align: center;">Rekommenderas</p>



Pelle Jernberg visade påtaglig form i Solstadskilometern. Han håller sig stadigt kring 1.01.



— Jag tror att Sven von Holst blir ännu bättre i medley än i frisim, säger hans tränare Lennart "Trean" Forsström.

Hans personliga rekord just nu är:

200 fr. 2.13,8
400 fr. 4.39,0
800 fr. 10.01,0
200 br. 2.44,9
100 fj. 1.08,6
100 ry: 1.08,9

12-åriga underbarnet Bo Westergren från Polisen har också en imponerande rekordlista:

100 fr. 1.05,3
200 fr. 2.19,9
800 fr. 10.32,2
100 fj. 1.07,9

Än så länge är äldre brodern Lasse snabbast i familjen på 100 — han har 59.7.

Hur 12-åringen tränar? Jo, efter amerikanskt mönster, 4—5.000 m om dagen, 6 dagar i veckan=25.000 meter.

På tal om småknattar berättar Hasse Hellbrand att Polisen har ett ännu yngre löfte — 9-åriga Lasse Englund som gjort 50 fritt på 36.6.

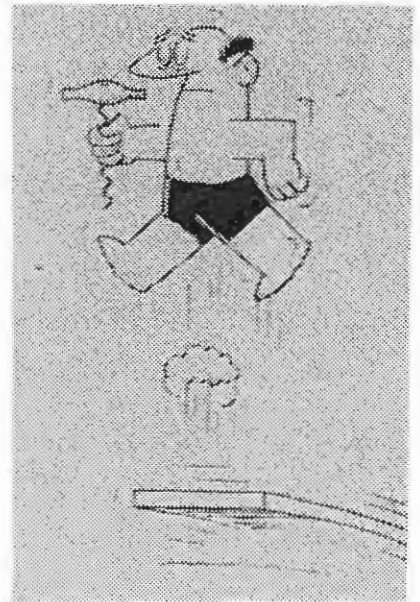
Australienfilmen blir jättesuccé!

Den australiska simmarfilmen "Way of the Champions", som Simförbundet fått genom generöst tillmötesgående från BP (Brittish Petroleum) har gjort en enorm succé och BP har nu föranstaltat om anskaffande av flera kopior, som skall placeras ut på olika håll i landet.

Chans alltså för praktiskt taget alla svenska simmare att se de australiska världsstjärnorna i aktion.

Phelps vilar...

Storbritanniens europamästare i simhopp Brian Phelps har antytt att han den här säsongen inte skall bry sig om att delta i internationella tävlingar utan i stället enbart koncentrera sig på träningen inför olympiaden i Tokyo nästa år.



... en riktig Mollbergare med skruv ...

Bestämmelser för Svenska Simförbundets

Standardmedaljer

gällande från 1 mars 1963

Simförbundets standardmedaljer kan erövras i simning och hopp i valörerna brons, silver och guld. Samma person kan endast erhålla standardmedaljen i en valör i en och samma gren.

Stipulationerna för de olika grenarna är:

	HERRAR			DAMER		
	Guld	Silver	Brons	Guld	Silver	Brons
100 m frisim	56,5	1.02	1.07	1.03,5	1.11	1.17
200 m frisim	2.06,5	2.21	2.32	2.22,5	2.38	2.51
400 m frisim	4.31,0	5.03	5.30	4.57,0	5.30	6.00
800 m frisim	9.28,0	10.35	11.35	10.20,0	11.30	12.30
1500 m frisim*	18.10,0	20.30	22.30			
100 m bröstsim	1.11,0	1.19	1.25	1.21,5	1.30	1.39
200 m bröstsim	2.38,0	2.54	3.10	2.54,0	3.12	3.30
100 m fjärilsim	1.02,0	1.11	1.18	1.11,0	1.21	1.29
200 m fjärilsim	2.20,0	2.38	2.53			
100 m ryggsim	1.04,0	1.12	1.19	1.12,0	1.22	1.30
200 m ryggsim	2.20,0	2.40	2.55	2.37,0	2.59	3.15
Höga hopp	140	106	85	85	65	50
Komb. höga hopp	69	58	48	69	58	48
Svikthopp 1 m	125	102	80	110	90	70
Svikthopp 3 m	133	110	85	120	102	80

* Nateras endast på 50-metersbana.

Reglerna för medaljernas erövrande är följande:

Guldmedaljen: Rekordbestämmelserna gäller utan inskränkningar. Medaljen i simhopp kan endast erövras vid nationella eller internationella tävlingar, där minst tre av de fem domarna inneha Simförbundets licens såsom I klass domare.

Silver- och bronsmedaljerna: Utlysning behöver icke ske utan aspirant på medaljerna kan när som helst simma för densamma under försättning att rekordbestämmelserna i övrigt följas. Vid offentliga simtävlingar skall tiden tagas av tre tidtagare. I övrigt gäller att simningarna skall stå under kontroll av kvalificerade funktionärer. Silver och bronsmedaljerna skall lösas av föreningarna.

HASSE ROSENDAHLS TRÄNINGSPROGRAM

12/2 7.00: 200 y uppmj. 4×100 bensp, 4×100 armt, 4×100 dellin, 4×100 armt (varannan längd fjärl-rygg) 10×50 frött (start var 50:e sek)

12.30 (50 m bana): 200 uppmj, 4×800 (6 min)

16.30: 300 y bensp, 300 y armt, 4×200 y frött, 100 fjärl, 100 rygg, 6×50 rygg (varannat), 6×50 frött (varannat)

13/2 12.30 (50 m): 200 uppmj, 16×200 m (start var 3.15:e min), 12×50 m (varannat)

16.30: 300 y bensp, 300 y armt, 5×200 medley (varannat), 6×50 frött (varannat), 4×50 fjärl (varannat)

14/2 (50 m): 500 m bensp, 500 m armt, 32×100 m (första 12 lappen start var 90:e sek, nästa 10 start var 105:e sek, sista 10 varannat)

16.30: 300 y bensp, 300 y armt, 4×100 y fjärl (5 min), 16×25 frött (start var 30:e sek)

15/2 (50 m): 400 m uppmj. 400 frött, 100 frött, 8×50 fjärl (start varje min), 6×50 frött (start varje min).

16.30: 200 y frött, 4×50 bensp, hårt, 4×50 armt (varannan längd fjärl—rygg), 4×50 (dellinck), 4×50 armt, 3×200 y frött (5 min), 16×25 y (10—20 sek).

17/2: Tävlings 1650 yards 17.54,1 (frea)

18/2 7.00: 3×200 bensp, 3×200 armt, 3×200 dellinck

12.30 (50 m): 300 m uppmj, 4×400 frött (3 min vila) 16×100 (start varannan min, vilan räknas alltså 2 min från minus simtiden).

19/2: 500 y frött, 12×50 y frött (varannat), 12×25 y (10 sek vila).

20/2: 300 y uppmj, 4×200 y frött (2 min vila), 8×50 y frött (varannat) 14×25 y frött (10 sek)

21—22—23/2: Ingen träning, tävlingar för universitetet i San Francisco

24/2: 300 y frött, 4×100 y bensp, 4×100 y armt, 6×200 y frött (2 min) 8×50 y frött (varannat), 10×25 y frött (varannat).

25/2 (50 m): 600 m frött, 4×400 frött (3 min) 6×50 bensp, 6×50 frött (20—30 sek).

16.30: 300 y frött, 4×200 y frött (3 min), 8×50 fjärl (varannat) 16×25 y (10—20 sek).

26/2 (50 m): 1000 m frött, 8×200 frött (start var 3.30:e min), 600 bensp, 12×50 (start varje min)

16.30: 200 y frött, 4×50 bensp, hårt, 4×50 armt (varannan längd fjärl—rygg), 4×50 (dellinck), 4×50 armt, 3×200 y frött (5 min), 16×25 y (10—20 sek).

27/2: 300 y frött, 3×200 y frött (varannat)

28/2: 1650 yards frött El Segundo 17.39,7 (tvåa efter Saari)

1/3: Ingen träning

2/3: Tävlings El Segundo 200 y rygg 2.15,3 200 y frött 1.52,9

3/3: Tävlings El Segundo 100 y frött 52.8 500 y frött 4.58,3 (1:a) rekord för South Pacific-mästerskapen)

4/3 (50 m): 800 frött, 8×50 bensp, (hårt), 4×50 frött (start var 50:e sek), 400 frött, 4×50 frött, (var 50:e sek), 400 frött 4.45, 4×50 frött (var 50:e sek), 400 frött 4.45, 8×50 frött (var 50:e sek).

16.30: 300 y frött, 8×50 y bensp (hårt), 3×200 y frött (2 min), 3×150 y frött (1.30), 12×50 y frött (var 50:e sek).

5/3 (50 m): 800 frött, 8×200 (var 3.30:e min), 8×50 bensp (hårt)

16.30: 300 y 6×50 frött (start var 60:e sek), 200 y frött

6—7—8/3: Sjuk

9/3: 300 y frött, 5×200 y (var 3:e min)

10/3 (50 m): 300 m frött, 3×800 (7 min), 8×50 frött och fjärl (var 60:e sek), 8×50 frött (var 60:e sek), 4×50 frött (var 60:e sek).

16.30: 300 y frött, 6×100 bensp (hårt), 4×100 fjärl (1 min), 3×100 frött (1 min), 200 frött, 8×50 frött (var 60:e sek), 8×50 frött (var 60:e sek).

11/3 (50 m): 600 m frött, 8×200 (var 3.15:e min) 8×100 (varannan min) 200 medley

16.30: 300 frött, 4×100 frött (var tredje lapp) 4×100 bensp, 12×50 (varannat)

12/3: (50 m): 600 frött, 200 m 2.16,5 (3 min vila), 4×50 frött (30 sek), vila 3 min, 200 frött 2.12,5 3 min vila, 4×50 (30 sek), vila 3 min, 200 2.12,0, 3 min vila, 4×50 (30 sek), 3 min vila, 2.09,5, 3 min vila, 4×50 (30 sek)

16.30: 6×100 y bensp, 4×100 y frött (3 min), 6×50 frött (20 sek)

13/3 (50 m): 500 bensp, 500 armt, 3×400 (3 min), (4,33 på andra lapp), 8×50 (20 sek).

14/3 (50 m): 800 m frött, 4×200 (2.30), avslappning 12×50 (25 sek)

15/3: 300 y uppmj, 8×50 bensp, 8×100 y frött (30 sek) 4×50 y frött lång vila

16/3: Ingen träning

17/3: 300 y frött, 300 y bensp, 4×50 frött (30 sek), 300 y avslappning, 150 y bensp, 8×50 frött (20 sek), 300 y avslappning, 150 y bensp, 8×50 (10 sek), 200 y avslappning

18/3: Avresa New Haven, ingen simning

19/3: Lättare simning förmiddag, kväll.

20—24/3: USA-mästerskapen

Några ord om kemi som revolutionerar hygien

Fotsvett, fotsvamp, fotinfektioner — alla dessa åkommor kan vara mycket besvärande och inverka menligt både på den fysiska och psykiska konditionen. Marknaden vimlar därför också av allsköns medel och preparat mot sådant, många av dem ganska tvivelaktiga.

Mycket länge har tvålen varit renlighetens riksligare och universallmedlet framför andra vid hudvård, men det är nu ett erkänt faktum att den har flera nackdelar. Människans hud har normalt en sur skyddsbarriär, och som bekant är tvål alkalisk. Infektionsskyddet bryts därför ner vid varje tvålvtättning och huden återfår inte sitt normala pH-värde förrän efter 4—5 timmar. För en frisk hud i frisk miljö har detta kanske mindre betydelse men det kan ha sina risker för en känslig eller sjuk hud, eller en hud som är utsatt för infektioner. Man har kommit underfund med att många svampsjukdomar frodas i alkalisk omgivning. Numera varnar hudläkarna ofta bestämt mot tvål inom fotvården. En annan avsida hos tvålen är att den tillsammans med ledningsvatten bildar kalktvål, som både kan täppa till porerna och bilda en ypperlig grogrund för bakteriehärdar. Modern dermatologisk forskning har klart visat att tvål kan framkalla hudsjukdomar och förvärra eller förlänga lidandet. Allt för ofta bär tvålar dessutom skulden till hudirritationer och allergier.

Tvålmedelsindustrins kemister har i våra dagar framställt många utmärkta tvålfria, s.k. syntetiska medel — när det gäller textiltvål har dessa ju helt trängt ut tvålen, och även inom hudvården

vinner de mer och mer terräng. Sedan över ett år saluför apoteken en "antibakteriell cleaner" med namnet *pHiseHex* (uttalas "fajsehax"). Den består av ett etersulfonat med 40 % högre smutslösande verkan än tvål, lanolinkolesteroler och hexaklorofen, ett ämne som är bakteriedödande utan att skada huden. Och inte nog med det — vätskan är en emulsion med sådana egenskaper att hexaklorofenet absorberas av hudens hornlager, med påföljd att upp till tolv timmar efter tvättningen utövar huden fortfarande en hämmande inverkan på eventuella sjukdomsalstrare. Medlet är lika verksamt i kallt, varmt, mjukt och hårt vatten, t.o.m. havsvatten.

En som studerat svett vetenskapligt är den amerikanske forskaren Dr Walter

Shelley. Han har bl.a. gett klara belägg för att svettvätskan är fullkomligt ren och luktlös i det ögonblick den lämnar körtlarna. Luften uppstår först under inverkan av hudens bakterieflora, som sönderdelar sekretet i illaluktande komponenter. Dr Shelley har också konstaterat att barns svett inte luktar — först vid puberteten får svetten sin karaktäristiska, fräna stank. Ymnig hårväxt, som ju skyddar mikroorganismerna och samlar upp svett, smuts, hudfett, keratin osv., höjer odörnivån.

Dr Shelley anser det väsentligt att få fram preparat som effektivt avlägsnar dessa obehag. Det bästa medlet fann han vara hexaklorofenemulsionen *pHiseHex*. Vid regelbunden användning håller denna luften borta i cirka 18 timmar.

TVÅ BRA IDROTTSBÖCKER

Det har varit tätt på givna med goda idrottsböcker. . .

ÅRETS IDROTT från Strömbergs Bokförlag, Vällingby är en gigant — hela 1962 från 57 idrottsgrenar finns behandlat månad för månad. En imponerande kavalkad, där simningen fått stor plats, inte bara textmässigt utan också i utomordentliga bilder — som totalt till antalet är över 500 i boken, som omfattar 559 sidor. Texten kompletteras med nyttig statistik. En bra bok, som rekommenderas, både till statistikbitare och andra.

IDROTTSBOKEN 1963 från Svenska Sportförlager håller sedan länge hög klass. Simning figurerar både i en stor separatartikel med bra illustrationer från EM i Leipzig och i huvudartiklarna, där bl.a. Birger Buhre gör en intressant och givande analys av de senaste amerikanska träningsnyheterna, baserade mest på "Doc" Counsilman's metoder. Lennart "Duke" Crusner tar upp "Pep Talk" med utgångspunkt från bl.a. Per-Ola Lindbergs laddning i Leipzig-EM före lagkapten på 4×200 m. Biografiska data ges på 1200 idrottsmän i 40 grenar och det finns 1088 bilder. Mer behöver inte sägas.

Hygienen i topptrim med pHiseHex

(uttalas fajsehex)

För en idrottare är hygien en viktig sak. Slapphet på den punkten medför stora obehag — svettlukt, dålig sårläkning, fotsvamp och ibland allvarliga epidemier — tänk på orienterarsjukan!
pHiseHex är en behaglig gräddliknande vätska som ger utmärkt skydd mot bakterier.

pHiseHex är läkande, lenande och luktborttagande, effektivt mot finnig och oren hy samt har 40 % högre rengöringsverkan än tvål — **pHiseHex** finns på alla apotek.

Byt ut tvålen. Tvätta och duscha regelbundet med **pHiseHex**.



Sänd mig **gratisprov** på **pHiseHex** samt information.

Namn

Adress.....

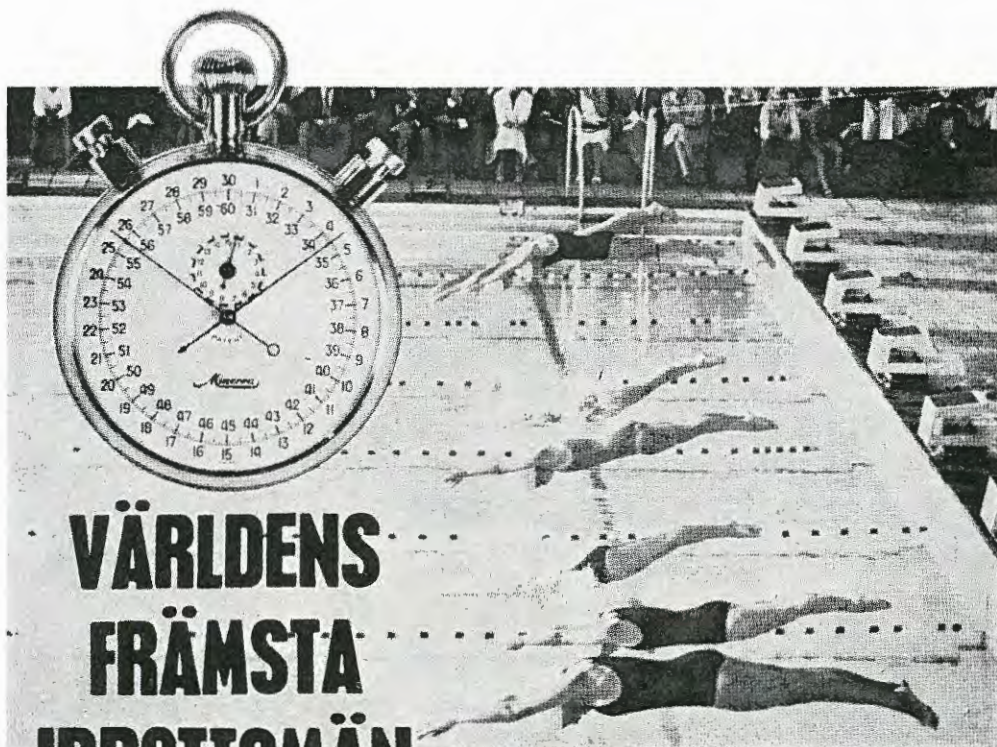
Postadress

WINTHROP AB

Stockholm SV

SS 5 63

Klipp här!



VÄRLDENS FRÄMSTA IDROTSMÄN

*mäter
sina tider
med*

Minerva

Minerva 3934
Stoppur med
dubbelvisare som
tillåter upprepade
tidtagning utan
att sekundvisaren
stoppas.
Riktpris 214:—

Förstklassiga kronografer för all slags sport. Specialur för ishockey, fotboll, segling och ett flertal andra idrottsgrenar. MINERVA är leverantör av tidmätare till Svenska Simförbundet och idrottsföreningar över hela landet.

Stjärnurmakarnas eget ur



MINERVA — Specialfabrik sedan 1858
Stjärnurmakarnas Försäljnings AB
Brunkebergstorg 15
Stockholm C
Tel. 20 10 31, 20 10 41